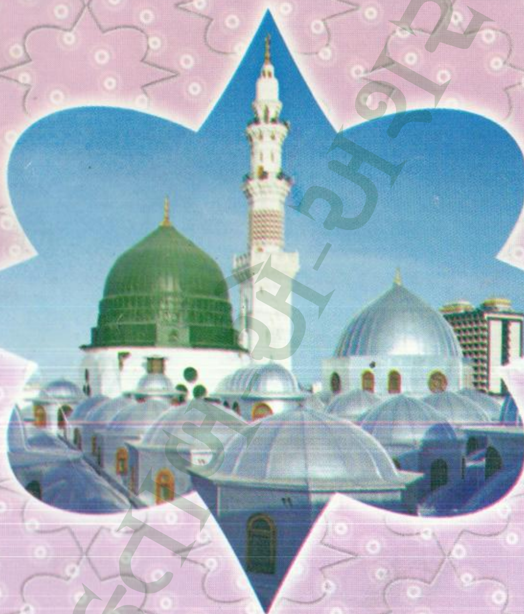
તિબ્બે નબવી

સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ





પબ્લીશર્સ

ખતીબ કિતાબ ઘર એન્ડ પ્રિન્ટર્સ

ખાસ બજાર, તીન દરવાજા, એહમદઆબાદ.

બિસ્મિલ્લા હિર્રહમા નિર્રહીમ ૦



તિબ્બે નબવી



સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ

Tibbe Nabvi

Publication No. 212

-: સંપાદક :-

જનાબ હાજી ગુલામ હુસેન આદમભાઈ
મોમીન (અશરફી) (પાટડીવાલા)

-: તસ્હીહ :-

મુફતી મુઝમ્મિલ રહેમાની સાહબ

-: હસ્બે ફરમાઈશ :-

સૈયદ ફયઝુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ

-: પબ્લીશર્સ :-

ખતીબ કિતાબ ઘર એન્ડ પ્રિન્ટર્સ

ખાસ બજાર, તીન દરવાજા, એહમદઆબાદ

ફોન નં : 079 - 2535 2468

હદિયા : રૂા. ૫૦-૦૦

ફેબ્રુઆરી - ૨૦૦૬

કિતાબ કા નામ

તિબ્બે નબવી

પહેલી બાર : ૨૦૦૯

Book's Name

Tibbe Nabvi

Publication No. 212

કમ્પ્યુટર ટાઇપ સેટીંગ

એશીયન ગ્રાફિક્સ

સૈયદ ફયઝુલ્લાહ ઇમદાદુલ્લાહ ખતીબ

ખાસ બજાર, તીન દરવાજા, એહમદઆબાદ.

ફોન : 079 - 2535 2468

તબાઅત

ખતીબ ઓફસેટ

સૈયદ કલીમઉલ્લાહ ઇમદાદુલ્લાહ ખતીબ

ખાનજહાન દરવાજેકે સામને, ગાયકવાડ હવેલી રોડ,

જમાલપુર, એહમદઆબાદ.

ફોન : 079 - 2538 2232

Publishers

Khatib Kitab Ghar & Printers

Saiyed Ataullah I. Khatib

Khas Bazar, Three Gate, Ahmedabad. (India)

Phone No. : 079 - 2535 2468,

અર્પણ

મોહસીને ઈન્સાનિયત

હઝરત મુહમ્મદ

સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને

કે જેમણે તબીબ બનીને

રાહ દેખાડી તેમજ કયામત સુધી

આવનાર દરેક ઉમ્મતી માટે

દુઆ કરી કે મારો ઉમ્મતી

કામિયાબ થઈ જાય.

સૈયદ ફયઝુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ

અનુક્રમણિકા

અનું. નંબર	વિષય	પાના નંબર
૧.	તંદુરસ્તી જાહેર થવાની જગ્યા કુરઆને મજીદ	૭
૨.	મુહમ્મદ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ એક ચિકિત્સા શાસ્ત્રના નિષ્ણાંત	૨૦
૩.	ખજૂર	૨૭
૪.	મધ	૪૨
૫.	અંજીર	૬૯
૬.	જવ	૭૫
૭.	સત્તુ	૭૭
૮.	ઝૈતૂન	૮૦
૯.	સિરકો	૮૯
૧૦.	સુરમો	૯૨
૧૧:	જંગલી ફુદીનો	૯૪
૧૨.	કુઠ (મીઠી કોઠ) કુસ્ત (ગુજરાતી કઠ ઉપલેટ)	૯૫
૧૩.	કાસની (ચીકોરી)	૧૦૦
૧૪.	કલૂંજી	૧૦૪
૧૫.	ગુગળ	૧૦૮
૧૬.	લોબાન	૧૧૧
૧૭.	લસણ	૧૧૩
૧૮.	દ્રાક્ષ	૧૨૧

અનું નંબર	વિષય	પાના નંબર
૧૯.	મેથી	૧૨૭
૨૦.	દાડમ	૧૩૦
૨૧.	પીલુડી	૧૩૫
૨૨.	સુંઠ	૧૪૬
૨૩.	આબે ઝમઝમ	૧૫૦
૨૪.	વરસાદનું પાણી	૧૫૬
૨૫.	ડુંગળી	૧૫૮
૨૬.	મસૂર	૧૬૪
૨૭.	દૂધી	૧૬૯
૨૮.	કસ્તૂરી	૧૭૬
૨૯.	કાકડી	૧૮૨
૩૦.	અલ્લાહના મુબારક નામો દ્વારા ઈલાજો	૧૮૫
૩૧.	પાણી દ્વારા ઈલાજો	૧૯૧

-: કોમ્પ્યુટર ટાઈપ સેટીંગ :-

એશીયન ગ્રાફિક્સ

સૈયદ ફયઝુલ્લાહ આઈ. ખતીબ

સીલેક્ટેડ હાઉસ, નિશાત રેસ્ટોરન્ટ સામે, ખાસ બજાર,

તીન દરવાજા, અહમદઆબાદ. ફોન : 079 - 2535 2468, 6450 2401

નાશિરીન તરફથી

ઘણા સમયથી મનમાં ઈચ્છા હતી કે તિબ્બે નબવી કિતાબ બનાવીએ. પણ બનાવી ન શકયા. તે પછી અમોને મુરબ્બી **જનાબ હાજી ગુલામ હુસેન મોમીન સાહેબે** પહેલા ગુન્યતુત્તાલેબીન લીપિયાંતર કરી આપી. આ પછી તેમણે ઘણી જ મહેનત કરી ગુજરાતીમાં તિબ્બે નબવી બનાવી આપી. અલ્લાહ રબ્બુલ ઈઝઝત તેમને જઝાએ ખૈર અતા ફરમાવે.

લી.

સૈયદ અતાઉલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ
સૈયદ ફયઝુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ
સૈયદ રફીકુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ
સૈયદ સઈદુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ
સૈયદ કલીમુલ્લાહ ઈમદાદુલ્લાહ ખતીબ

માલીકાને

ખતીબ કિતાબ ઘર એન્ડ પ્રિન્ટર્સ

ખાસ બજાર, તીન દરવાજા, એહમદઆબાદ.

બિસ્મિલ્લાહિર્રહમાનિર્રહીમ

તંદુરસ્તી જાહેર થવાની જગ્યા

કુર્આને મજીદ

જયારે પણ કોઈ નવું પુસ્તક પ્રગટ થાય છે ત્યારે તેનો લેખક તેના સંપાદનનુ કારણ પણ જણાવે છે. તે આવા બીજા પુસ્તકો મોજૂદ હોવા છતાં આ પુસ્તક લાવવાનો હેતુ પણ જણાવે છે. આ જ પ્રકાર કુર્આને કરીમના નુઝુલ સમયે.બન્યો. અલ્લાહ તઆલાએ તેના હેતુઓ અને ફાયદાઓ બયાન કરતા ફરમાવ્યું તેની એક ખાસ મહત્તા આ રીતે બયાન કરી.

વ નુનઝ્ઝિલુ મિનલ કુરઆનિ મા હુવા

શિફાઉંવ વ રહ-મતુલ લિલ મુઅ-મિનીના

(બની ઈસરાઈલ આ. નં ૮૨.) (અને અમે કુરઆનમાં તે વસ્તુ ઉતારીએ છીએ જે ઈમાનવાળાઓ માટે આરોગ્ય અને રહેમત છે.)

બેશક આ તંદુરસ્તી પ્રગટ થવાની જગ્યા છે. પરંતુ તેના માટે જે તેના પર યકીન રાખે છે. તેનો આ ગુણ આના આવવાવાળી તમામ આસમાની કિતાબોથી ઈજજતવાળી બનાવી દે છે. કારણ કે તેના વિષયો આ વખત સુધી સિમીત છે. પછી ફરમાવ્યું

કુલ હુવા લિલ્લઝીના આ-મનૂ હુદંવ વ શિફાઅ

(હા. મીમ, સજદહ આયત નં ૪૪)

(તમે ફરમાવો એ તો ઈમાનવાળા માટે શિફા અને હિદાયત છે.)

પોતાની તંદુરસ્તીના ગુણને સાર્વજનિક રીતે પ્રગટ કર્યા પછી શરીરના ખાસ ભાગોના મસાઈલોનો ઉકેલ કરવા માટે પોતાના ફાયદાકારકને જાહેર ફરમાવે છે.

કદ જાઅત્કુમ મવ-ઇ-ઝતુમ મિર રબ્બિકુમ
વ શિફાઉલ લિમા ફિસ્સુદૂર

(સૂરએ યુનુસ આ નં ૫૭) (તમારી તરફ તમારા રબ તરફથી નસીહત આવી અને હૃદયોનું આરોગ્ય અને માર્ગદર્શન.)

છાતીના મસાઈલથી મુરાદ રૂહાની મસાઈલ ગણવામાં આવે છે. તેમાં કોઇ શક નથી કે કુરઆને મજીદ છાતીને ખોલનાર અને મનુષ્યોના હૃદયોની જિંદગી માટે અકસીર છે. અલ્લાહના ઈરશાદની વ્યાપકતાને સિમીત કરતો નથી. પરંતુ તેની સફાઇ શરીરની બીમારીઓના લાભકારક પર વ્યાપક છે. હાફિઝ ઈબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ બયાન કરે છે કે વિદ્યા પ્રાપ્તીના સમયમાં તેમને હકીમ (તબીબ) મળ્યો ન હતો. એ માટે પોતાનો ઈલાજ સુરએ ફાતિહાની મદદથી કરી લેતા હતા. તેમને આ નુસ્ખો હઝરત અબુ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુની આ મશ્હુર રિવાયતથી પ્રાપ્ત થયો. જેમાં તેમણે વીંછી કરડતા, પછી તડપતા એક દર્દીને સુરએ ફાતિહાનો દમ કરી દીધો હતો. હઝરત મૌલાના સૈયદ મુઇનુદ્દીન લખનવી ફરમાવે છે કે તેઓ વીસ વર્ષથી દિલનો ઈલાજ કુર્આન મજીદની આ આયત પઢીને કરી રહયા હતા.

વ લ-કદ નઅ-લમુ અન્નકા યદીકુ સદરુકા બિમા યકૂલૂના
(સૂરએ હિજર આ. નં ૯૭) (અને બેશક અમને ખબર છે કે તેમની વાતોથી તમારૂ દિલ સંકોચાય છે.)

આ આયતે કરીમાની બરકત પર તેમના યકીનનો દરજ્જો એ હતો કે તેમના પોતાના પુત્રને જયારે દિલનો દોરો (હૃદય પરનો હુમલો) પડયો તો તેઓ કોઇ હૃદય દર્દના નિષ્ણાંત ઈલાજ કરવા વાળાની પાસે જવાને બદલે ખુદાના કલામ પર ભરોસો કરતા રહયા અને તેમનો પુત્ર તંદુરસ્ત થઇ ગયો.

વઅ-બુદ રબ્બક હત્તા યઅ-તિયકલ યકીન (સૂરએ હિજર આ. નં.૯૯) (અને મરતાની ઘડી સુધી પોતાના રબની ઈબાદતમાં રહો.)

કુરઆને મજીદ એક જિંદગીનો એક કાયદો છે. તેમાં બંદગી, સંસ્કાર, મુલાકાત, જિંદગીનો કાનૂન, નફસ બાબત, ઈમાન ત્યાં સુધી કે સાયન્સની વિદ્યાઓ વિષે કામકાજના સિધ્ધાંતો પણ મોજૂદ છે. તેના માટે એ તો શકય ન હતું કે તે કોઈ એક વિષયને દરેક રીતે સંપૂર્ણ કરી જાય અને એ રીતે તે બીજી ઘણી બધી ઈચ્છુક ચીજો બાકી રહી જાય. પછી એ કે જે રીતે બની ઈસરાઈલને રાંધેલુ ખાણું મળવા લાગ્યું, તો કયારેક તેઓ આ કસોટી પર વાંધા ઉઠાવતા હતા. કયારેક તેમને મસુરની દાલ અને ડુંગળી યાદ આવતી. એ રીતે લોકો પૂરો નુસ્ખો મેળવીને કયારેક તેની કદર કરતા નહી. કુર્આને મજીદના જુદાજુદા મસ્અલાઓની તરફ ઈશારો કરીને આપણને સંશોધનની દાવત આપે છે. અને આપણને એ તક આપે છે કે આપણે તેમના ઈશારા પર રસ્તો શોધીએ અને તેમાં નવી વાત કાઢીએ સુરએ ગાશિયાહમાં ઈરશાદ છે.

અ-ફલા યન્ઝુરૂન ઇલલ ઇબિલિ કય્ફ ખુલિકત (સુરએ ગાશિયાહ આ નં-૧) (તો શું (તેઓ) ઊંટને જોતા નથી કે કેવું બનાવવામાં આવ્યું)

ઊંટની રચના તેના શરીરનું કાર્યરત રહેવુ, અવયવોનું વિગતવાર નિરીક્ષણ કરવાથી તપાસ કરવાવાળાને ઘણાં બધા મસ્અલાઓનું સમાધાન થઈ જાય છે. મનુષ્યના શરીરનાં તાપમાન-બિંદુની ઉગ્રતા દરમ્યાન સમતોલપણું રાખવા માટે પરસેવો આવે છે. પરંતુ ઊંટ રણની બાળી નાંખનારી ગરમીમાં કોઈપણ પ્રકારની છત્રી વિના મજાથી ચાલે છે. જયારે તેના શરીરમાં પરસેવો પેદા કરવાવાળી ગ્રંથીઓ હોતી

નથી. સખત ગરમીમાં તેનું તાપમાન બિંદુ કેમ કરીને સંતુલન રાખે છે. જો આપણે આનો જવાબ શોધી લઈએ તો મૌસમ પરિવર્તનનો સામનો કરવાની સરળતા પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ. કુર્આને મજીદે મધમાખીને એટલી મહત્તા આપી કે તેના નામ પર એક સુરત મોજૂદ છે. આ માખી જ્યારે પોતાનું ઘર બનાવે છે. તો તેને સાચા અર્થમાં વાતાનુકુલ બનાવે છે. તેઓ તાપમાન બિંદુ થી નીચે પણ જીવિત રહી શકે છે. રદ કરેલ તાપમાન બિંદુ હોવા છતાં તેના મધપૂડામાં તેના અંદર તાપમાન બિંદુ ૯૬ ફેરનહાઈટ થી ક્યારેય પણ ઉપર જતુ નથી. કુર્આન આપણને રસ્તો બતાવે છે. આપણે કેમ ફાયદો ઉઠાવતા નથી.

રણમાં જ્યારે પાણી મળતુ નથી ત્યારે ઊંટ કેટલાય દિવસ તરસ્યા રહેવા છતાં તેનું શરીર તંદુરસ્ત રહી શકે છે. તેની સવાર જિંદગી અને મૌતની ખેચતાણમાં સપડાયેલો રહે છે. પહેલાં એ કલ્પના હતી કે તે પેટમાં પાણી સંગ્રહ કરી લે છે. પરંતુ પોસ્ટમોર્ટમ કરતાં તેના પેટમાં પાણીના સંગ્રહવાળી કોઈ જગ્યા ન મળી. પછી અંદાજ કરવામાં આવ્યો એ તેની ખુંધમાં મોજૂદ વધારાની ચરબીને બાળીને પાણી બનાવી લે છે. કેલીફોર્નિયા યુનીવર્સીટીમાં કરવામાં આવેલા અખતરામાં જે ઊંટને મૌત સુધી તરસ્યા રાખવામાં આવ્યો હતો, તેના શરીરમાં ચરબીનુ પ્રમાણ એટલું જ હતું જેટલું કે તેના સરખા વજનવાળા બીજા તંદુરસ્ત ઊંટોમાં હતું. તેનો અર્થ એ છે કે તે તેના શરીરની હવા હાઈડ્રોજન અને ઓકસીજનને મેળવીને પાણી બનાવવાની યોગ્યતા રાખે છે. જેવું કે એક જ જમીન પર એક જ ખોરાક અને પાણીથી ઉછેર પામવાવાળા વૃક્ષોમાં સફરજન અને શહતુત જેવા મીઠા વૃક્ષોની સાથે લીમડાનો છોડ કડવાશ ધારણ કરે છે.

જીવવિજ્ઞાન આ દિલચસ્પ પ્રગટ થનાર હકીકતનું કુર્આને મજીદે પણ વર્ણન કરેલ છે. પોતાના ઈરશાદોની સાથે તેની વૈદક ફાયદાઓનું એક દિલચસ્પ અને ફાયદાકારક દ્દષ્ટાંત હઝરત મરિયમ અલયહિસ્સલામનો બનાવ આપે છે. આ ખાતૂન જંગલમાં એકલી પ્રસૂતીના કાર્યથી પસાર થવાની હતી. તેના ભયની એ હાલત હતી કે તે આ ભયાનક હાલતમાં પસાર થવાને બદલે મૌતની ઈચ્છુક બની. અલ્લાહ તઆલાએ તેમને આ મુસીબતથી કષ્ટ વિના પસાર થવાની સરળ યોજના એ બતાવી કે તેઓ તાજી પાકી થયેલી ખજૂરો ખાય અને પાણી પીએ. આ માનનીય ખાતૂને આ નુસ્ખા પર અમલ કર્યો તો કષ્ટદાયક સમયને આસાની (સરળતા)થી પસાર કરી દીધો. તે પછી તેમનામાં એટલી શક્તિ મોજૂદ હતી કે તેઓ પોતાના પ્રતિષ્ઠિત બાળકને ગોદ (કુખ)માં ઉઠાવીને એક લાંબો રસ્તો પસાર કરીને પોતાની વસ્તીમાં તશરીફ લાવી. જયારે કે આપણી ખાતૂનો ચાલીસ દિવસ સુધી પણ ચાલવા ફરવાને યોગ્ય હોતી નથી. આ ફાયદાકારક દ્રષ્ટાંતથી આપણને વૈદકનો પહેલી વખતનો ખ્યાલ આવે છે. અને આપણી કમનસીબી જોઈએ આપણે અત્યારે પણ ગુમાવેલી શક્તિ અને બીમારી પછી કમજોરી દૂર કરવા માટે ગ્લુકોઝના આભારી છીએ. જેનો સતત ઉપયોગ ડાયાબીટીસનુ કારણ બને છે. ખજૂરની આ અસરોને સામે રાખતા નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ મશાલની જેમ રસ્તો બતાવ્યો છે. અને થોડા ફાયદા બતાવી દીધા છે. જેથી આપણા મગજમાં તેની રીત પર વિચારવા યોગ્ય બની જઈએ. પરંતુ કમનસીબી વાળા બયાનમાં હઝરત સલમા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે

તેઓએ એક એવી હકીકતમાં જયારે હઝરત સઅદ બિન અબી વકાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુના દિલે કામ કરવાનું છોડી દીધું. તેમને સખ્ત

હુમલો થઇ ચૂકયો હતો. ખજૂર અને તેની ગોટલીથી ઇલાજ કરીને દુનિયાને એ શીખવી દીધું કે કુર્આન જયારે કોઇ ચીજને શક્તિનો સ્ત્રોત નકકી કરી આપે છે. તો પછી તે બંધ થયેલ દિલને પણ ચલાવવાની આવડત રાખે છે. તેઓએ હૈઝની બીમારીઓમાં એક ખૂબ જ ખબીસ (નાપાક) બીમારીના ઇલાજમાં ખજૂરના ફાયદાઓનો સ્વીકાર કરતા ફરમાવ્યું. મારા નજીક સ્ત્રીઓમાં માસિકની સખ્તાઇ અને વારંવાર આવવાવાળી બીમારી માટે તાજા ખજૂરથી વધુ સારી કોઇ દવા નથી અને દર્દી માટે મધથી ઉત્તમ બીજું કાંઇ નથી.

હુઝૂર નબીએ કરીમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ખજૂર ખાવાવાળાને ઝેરની અસરથી બચવાની ખુશખબરી પણ બતાવી છે. અને આધુનિક વૈદક આ કૃત્યનો સ્વીકાર કરે છે. તે વસ્તુઓ જે જિગરને શક્તિ આપે છે. અને તેનું રક્ષણ કરે છે તે ઝેરની અસરોને મિટાવી દે છે.

કેટલાક લોકોનો વિચાર છે કે અરબમાં ખજૂરો વધુ થાય છે એ માટે કુર્આન અને તિબ્બે નબવી વધુ પડતી તેની જ પ્રશંસામાં છે. આ સમજમાં સૂરએ તીન પર ધ્યાન આપે ઇરશાદે બારી થયો.

(કસમ છે મને અંજીર, ઝેતૂન, જબલે તૂર અને આ દારૂલ અમન (મક્કાહ)ની)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે આ સમજમાં ઇરશાદ ફરમાવ્યો જે કોઇ મેવો જન્નતમાંથી જમીન પર આવી શકતો હતો તે આ જ અંજીર છે. તેને ખાવ કે તે મસાને મટાડી દે છે. અને નિકરસ (તે દર્દ જે પગના અંગુઠામાં થાય છે.) (વા)માં ફાયદાકારક છે.

ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ આની તફસીરમાં કહે છે કે કુર્આને જે વસ્તુની કસમ ખાધી છે. બેશક તેમાં અજબ ફાયદાઓ મોજૂદ છે. આધુનિક વૈદકમાં આજે પણ કોઇ ખાવાલાયક દવા મસામાં ફાયદાકારક નથી. પરંતુ આ તે એકલી વસ્તુ છે જે સારા સ્વાદવાળુ ફળ હોવાની

સાથે જિગરને પણ સુધારે છે. ખૂનની નસોમાંથી જામેલા લોહીને દૂર કરે છે. ખોરાકને હજમ કરે છે. જો તેને બાળીને માથા પર લગાડવામાં આવે તો વાળ ઉગાડે છે. દાંતો પર મંજન કરે તો ડાઘા સાફ કરી દે છે. હૃદય રોગના રોગીઓના કોલસ્ટ્રોલને ઓછું કરે છે. અને તેના પર અખતરા કરતાં ખૂબ જ અસરકારક જણાયેલ છે. ઝૈતૂન વિશે હઝરત ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ અને અબુ હુરૈરાહની રિવાયતનો ખુલાસો એ છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ફરમાવ્યું

ઝૈતૂન સિત્તેર બીમારીની તંદુરસ્તી છે (અલ્હાકીમ) કુરઆને મજીદમાં વધુ સૂચનામાં ફરમાવ્યું (બરકતવંતા ઝૈતૂનના ઝાડથી રોશન થાય છે જે ન પૂર્વ ન પશ્ચિમનું નજીક છે) (સૂરએ નૂર આ. નં ૩૫)

કુરઆનની સમજ રાખનારાઓએ ફાયદાઓને સ્પષ્ટ કરતા ઈશારો કર્યો કે આના સિવાય કોઢ જેવી ખતરનાક બીમારી જેવી સીત્તેરથી વધુ બીમારીઓમાં ફાયદાકારક ઈલાજ છે. કોઢના જંતુઓની બનાવટ પર ભરોસા પર ક્ષયના જંતુઓના નજીક છે. જે દવા કોઢ પર અસર કરશે તે ક્ષય માટે પણ તંદુરસ્તી આપશે. તેની નિશાનીઓ બારગાહે રિસાલતથી પ્રાપ્ત છે.

હઝરત ઝૈદ બિન અરકમ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ પ્લુરસીના ઈલાજમાં ઝૈતૂનનું તેલ અને વરસ, કુસ્તુલ બહરી (મીઠી કોઠ) નો ઉપયોગ કરવાનો હુકમ આપ્યો. આની તફસીરમાં ઈમામ ઈસા તિરમીઝી ફરમાવે છે કે પ્લૂરસી ક્ષય રોગનો પ્રકાર છે. અને આ વાત આધુનિક વૈદકને સને ૧૯૪૦ના પછી જાણવા મળી. અંજીર મૂળ તુર્કીનું ફળ છે. જે સિરિયા, લેબનોનમાં પણ થાય છે અને ઝૈતૂન ઈટલી અને સ્પેન અને સિરિયાનું ફળ છે. આ બધા ફળો અરબમાં થતા નથી.

આપણા ત્યાં આજકાલ દિલની બીમારીઓ અને બલ્ડ પ્રેશરનાં ઈલાજમાં લસણના ઉપયોગની વધુ ચર્ચા થાય છે. કુર્આને મજીદે તેને ખોરાક ની રીતે ખૂબ જ કમજોર ખોરાકની ચીજ ગણી છે. અને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ સંપૂર્ણ જિંદગીમાં તેને ચાખ્યું નથી. અને લસણ અને ડુંગળી ખાવાવાળાને પોતાની મજલિસમાં સામેલ થવા પર રોક લગાડી હતી. સીધી વાત એ છે કે જે વસ્તુઓને હાદીએ બરહક સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ના પસંદ કરી હોય તે કેવી રીતે ફાયદાકારક હોઈ શકે છે. બીજી તરફ જુઓ તો આપણા પ્રદેશનું કયું ઘર છે જયાં શાકમાં લસણનો વઘાર આપવામાં આવતો નથી શું તે લોકો નિયમિત રીતે લસણ ખાય છે શું તેમને બલ્ડ પ્રેશર નથી થતું અથવા હૃદય પર હુમલો નથી થતો ?

કુરઆને મજીદે જન્નતમાં મળવાવાળી ફાયદાકારક સ્વાદિષ્ટ અને અસરકારક ખોરાકની સાથે એક ખાસ વાત ફરમાવી. તેને એવા વાસણોમાંથી પીવડાવવામાં આવશે જેમાં અદરકની સુગંધ હશે.

સ્પષ્ટ વાત છે કે અદરક એક એવી ફાયદાકારક અને સ્વાદિષ્ટ વસ્તુ છે. કે કોઈ જગ્યા પર તેની સુગંધ હોવી ખૂબ જ સારી વાત છે. ભારતમાં તેનો જડીબુટ્ટીઓની સાયન્સ રીતે અખ્તરા કરવાવાળાએ નક્કી કર્યુ છે કે અદરકમાં તે તમામ ફાયદાઓ મોજૂદ છે. જે આપણાં સુધી ઓછું ઈલ્મ હોવાને કારણે તેને લસણમાં ગણીએ છીએ. તેને ખૂનની નસોમાંજ નહી બલ્કે જિગર અને આંતરડાઓની ગાંઠો અને જમા થએલ નાપાકીને નિકાળી દે છે. ડાયાબિટીસનો ઉત્તમ ઈલાજ છે. કુર્આન મજીદનો સહીહ અને પ્રમાણિત ઈલ્મ તેમને થઈ શકે છે. જેના પર એ ઉતર્યુ અને તેઓએ તેને સમજવાના પછી બીજાઓને સમજાવ્યું. એ માટે કુર્આન પોતાના ઈલ્મી અને તિબ્બી ખૂબીયોની વિગત બતાવવાને માટે તેને પૂરી રીતે પ્રમાણિત ગણ્યું અને ફરમાવ્યું.

અને અલ્લાહે તમારા પર કિતાબ અને હિકમત ઉતારી અને તેમને શિખવાડી દીધુ જે કોઈ તમે જાણતા ન હતા. (સુરએ નિસા આ નં ૧૧૩) અહીં કુર્આન અને મધને એક સરખી તંદુરસ્તી પ્રગટ કરનાર ગણેલ છે. તેની ખૂબીઓના દ્રષ્ટાંત માટે બુખારી, મુસ્લિમ અને તિરમિઝીએ હઝરત અબૂ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુની આ મશ્હુર રિવાયત આપી છે. જેમાં અતિસાર (ઝાડાના દર્દ) ના એક રોગીને વારંવાર મધ પીવાની શિખામણ આપવામાં આવી છે. જ્યારે કે તેણે કહયું કે મધથી ઝાડામાં વધારો થઈ રહયો છે. ત્યારે ખુદાઈ કલામ અને તેના હુકમો પર સંપૂર્ણ યકીનને પ્રગટ કરતાં ફરમાવ્યું ઈરશાદે ગિરામી થયો "અલ્લાહ તઆલાએ સાચું કહયું છે. અને તમારા ભાઈનુ દર્દ જુઠ કહે છે." કુર્આને કરીમે મધના ફાયદાઓમાં ફરમાવ્યું.

મધમાખીના પેટમાંથી એક પીવાની વસ્તુ રંગબેરંગી નીકળે છે. જેમાં તંદુરસ્તી છે. જો કે મધ એકઠા કરવાના સમય દરમ્યાન આ રસ તેમાં ભળી જાય છે. એ માટે મધપૂડામાંથી પ્રાપ્ત થવાવાળા મધમાં એક સાથે સામેલ થનાર તત્વોની સાથે આ તંદુરસ્તીના તત્વો પણ સામેલ થયા છે.

હઝરત અવફ બિન માલિક બિન અરજઈ રહેમતુલ્લાહ અલયહિની બીમારીનો બનાવ અબુલ અબ્બાસ અહમદ બિન અલી અબ્દી અબ્મુકરીઝેએ બયાન કર્યો છે. કે તેમણે પોતાના પુત્રથી કહ્યું કે તેઓ વરસાદનું પાણી, ઝૈતૂન અને મધની શોધ કરીને લાવે. તેના કારણોમાં ફરમાવ્યું કે વરસાદનું પાણી અને ઝૈતુનને મુબારક ગણેલ છે. અને મધને તંદુરસ્તી પ્રગટ કરનાર. ત્રણેયને મેળવીને પી ગયા અને તંદુરસ્ત થઈ ગયા.

અલસ્યુતી અને હમીદ બિન ઝન્જવિયહ એ હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુના શરીર પર ફુણસીની હાલ બયાન કર્યો છે. નાફેઅએ કહયું કે આવી સ્થિતિમાં મિઠાસનો ઉપયોગ યોગ્ય

નથી. તેઓએ કહયું કે તેનો ઉપાય હાલમાં મધ છે. જો કે કુર્આને કરેલ હુકમ ખોટો હોઈ શકતો નથી તે માટે મધ થી તંદુરસ્ત થયા.

મધમાં દરેક ચીઝ મોજૂદ છે. જે મનુષ્યના શરીરની બનાવટમાં ઉપયોગ થાય છે. અથવા તેની જરૂરત પડી શકે છે. ઈંગ્લીસ્તાન ની સાલફોર્ડ યુનિવર્સીટી માં ડૉ લારી કરા ફોર્ડ એ **HAVEEVER** ના ૨૦૦ (બસો) દર્દીઓનો ઈલાજ કેવળ મધથી સને ૧૯૮૭ માં કર્યો છે. ડૉ હોમ્સ એ ન્યુમોનિયાના એક દર્દીને પાંચ દિવસમાં એક કીલો મધ પીવડાવીને અને બીજી કોઈ દવા સિવાય તંદુરૂસ્ત કરીને તીબ્બની પ્રખ્યાત પત્રિકા 'લાનીટ'માં છપાવ્યો.

ગયા વર્ષે પકિસ્તાનથી બાકુંગ જવાવાળી ટીમ માટે એક છોકરાને ડૉકટરે કમળાના લીધે રોકી લીધો. તે લેખકની પાસે આવ્યો તો તેને એક અઠવાડિયામાં બે કીલો મધ પીવડાવીને, કમળાના લીધે અયોગ્ય નક્કી કરેલ ડૉકટર પાસે બીજી વાર મોકલ્યો. ડોકટર આશ્ચર્ય પામ્યો કે કમળાનો દર્દી એક અઠવાડિયામાં કેવી રીતે તંદુરસ્ત થઈ ગયો. તેણે કેટલાક ટેસ્ટ કરાવ્યા પરંતુ તે છોકરો દરેક રીતે તંદુરસ્ત નીકળ્યો.

ભારતના નિષ્ણાતોનો ખ્યાલ છે કે રામ મૂર્તિ પહેલવાન અને હરકયુલસની તાકાતનો ભેદ મધમાં હતો. મેં (લેખક) પાછળના દસ વર્ષમાં કોઈ એવો શખ્સ જોયો નથી જેને મધ પીવા દરમ્યાન હૃદય રોગનો હુમલો થયો હોય. અથવા ગુર્દાના બીમારી લાગુ પડી હોય. કુર્આન મજીદ શરીરના કાર્યો અને એનોટોમીનુ સરળ વર્ણન કરતા એક અજબ બનાવટ શિખડાવવાનાં પ્રયત્નો કરે છે. તે ઈચ્છેકે બીમારીનો ઈલાજ નુકશાન કરવાવાળી દવાઓના બદલે ખાવા પીવાવાળી વસ્તુઓથી કરવામાં આવે. ઈબ્રાહીમ અલયહિસ્સલામે પોતાના કુટુંબીઓને હકીકી રબથી વાકેફ કરાવવા માટે ગુણો બયાન ફરમાવ્યા. તેમાંથી એક ખૂબી એ હતી કે,

વ ઇઝા મરિદતુ ફ-હુવા યશ્ફીન (સૂરએ શુઅરા આ. ૮૦) (અને જયારે હું બીમાર પડુ ત્યારે તે જ મને સારૂં કરે છે.)

એ માટે કુર્આન તંદુરસ્ત જિંદગી પસાર કરવાના સિધ્ધાંતો, વુઝૂની વિગત, રાતે સુવા, સાફ અને પાકીઝા રહેવા, ખાવાના પ્રકરણમાં બયાન કરતા કહે છે કે

હુર્રિમત અ-લય્કુમુલ મય-તતુ વદ-દમુ વ લહ્મુલ ખિન્ઝીરિ વમા ઉહિલ્લમ લિ-ગયરિલ્લાહિ બિહી વલ મુન્ખનિ-કતુ વલ મવકૂ-ઝતુ વલ મુ-તરદ-દિ-યતુ વન-નતી-હતુ વમા અ-કલસ સબઉ ઇલ્લા મા ઝક-કય્તુમ વમા ઝુબિહ અ-લન નુસુબિ વ અન તસ્તકસિમૂ બિલ અઝલામ ઝાલિકુમ ફિસ્ક.

(સૂરએ માઈદાહ આ. નં ૩) (તમારા પર હરામ છે મુરદાર અને લોહી અને સુવ્વરનું માંસ અને તે જેના ઝુબ્હમાં ગૈર ખુદાનું નામ પોકારાયું હોય, તે જે ગળુ દબાવવાથી મરે, જેને કોઇ જાનવરે શિંગડુ માર્યું હોય, જેને કોઇ પ્રાણી ખાઇ ગયુ, પણ (આમાંથી) જેને તમે ઝુબહ કરી લે (તે હલાલ છે) અને જે કોઇ સ્થાનક કપાયું (તે હરામ છે.)

આ આયતમાં સ્વાસ્થય પરીક્ષા અને તંદુરસ્તીની મહાન જવાબદારી છે. કેમકે તે જાનવર જે બીમારીથી મરી ગયું છે તેના ખાવાવાળા પણ આ બીમારીમાં સપડાઇ શકે છે. મનુષ્યનું જઠર ખૂનને હજમ કરવાની શક્તિ ધરાવતુ નથી. અને સુવ્વરનું માંસ તો બીમારીનો ખજાનો છે. સુવ્વરને તે તમામ બીમારીઓ થઇ શકે છે જે મનુષ્યને થાય છે. તે માટે તેની દરેક બીમારી ખાવાવાળાને ચોંટી જશે. તેના માંસમાં જોવા મળતા કીડાઓ જિંદગીભર સંધિવાના દર્દનું કારણ બને છે. અને આજ કારણ છે કે યુરોપમાં આ દર્દમાં અધિકતા છે.

કુરઆને મજીદે દાડમથી લઇને બોર સુધી અને કેળાથી મરજાન (નાના મોતી) સુધીના ફાયદાનો ઇશારો કર્યો છે. તેમાં પક્ષીઓથી લઇને

માછલીના ગોશ્ત સુધીનો ઉલ્લેખ છે. નવાઈની વાત એ છે કે તેમાંથી કોઈપણ વસ્તુમાં કિમીયાઈ સોડીયમનું પ્રમાણ વધારે નથી. અને તેમાંથી દરેક ચીજમાં પોટેશિયમ વધુ છે. કેમકે સોડીયમ શરીરમાં સોજા ઉત્પન્ન કરે છે. અને હૃદય રોગમાં વધારો કરે છે. એ માટે કુરઆન મજીદમાં દરેક ઉપર જણાવેલ વસ્તુઓને હૃદય રોગી પૂરા શોખથી ખાઈ શકે છે. પરંતુ સુવ્વરના માંસમાં સોડીયમનું પ્રમાણ વધારે છે. તે માટે સુવ્વરના માંસનો ઉપયોગ હૃદય રોગ વધારવાનુ કારણ બને છે. ઉંચાઈએથી પડેલ, કચડી નાખેલ અને લાઠીથી મારેલ જાનવરોના માંસમાં HISTAMINE નું પ્રમાણ વધારે હોય છે. અને તે શરીરને ખરાબ કરે છે. જાનવરોના શરીરમાં પાગલપણું (RABIES) ના વાઈરસ મોજૂદ રહે છે. જે ભેડને ભેડીયાએ મોં માર્યું હોય શકય છે કે તેમાં પાગલપણાના જંતુઓ દાખલ કરી દીધા હોય. અને એ રીતે તેમાં માંસ ખાનાર માટે ખતરનાક થઈ જાય છે. આ સિધ્ધાંતને સામે રાખી નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ તે વાસણને સાત વખત ધોવાનો ઉપદેશ આપ્યો, પરંતુ કુતરૂ મોં મારી ગયુ હોય તેમાં પહેલા અને છેલ્લા માટીથી ધોવામાં આવે. હલાલ અને હરામના મસ્અલા કુરઆન મજીદની એક શાનદાર ભેટ છે. ઈબ્રાહીમી રીતથી ઝુબ્હ પછી શરીરમાંથી તમામ ખૂન નીકળી જાય છે. આ ગોશ્ત જલ્દી હજમ થઈ (પચી) જાય છે. અને જલ્દી ખરાબ થતું નથી. આ બધા તેના ફાયદા છે, જે તેના પર ઈમાન રાખે છે. તેનાં ઉપદેશ પર અમલ કરે છે. તે હંમેશા તંદુરસ્ત રહે છે.

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુથી ઈબ્ને માજામાં રિવાયત છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ફરમાવ્યુ,

"ખયરુદ દવાઇ અલ કુરઆન"

એક વખતે કોઈ શખ્સને કોઈ તકલીફ હતી તેણે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમેથી ઈલાજ પૂછયો તો ઈબ્ને જા ને હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાના વસીલા થી સરકારની તે ફાયદાકારક સલાહ રિવાયત કરી.

"ઉઆલિજહા બિ-કિતાબિલ્લાહ"

આ એક સ્વીકારેલી હકીક્ત છે કે ઇસ્લામી તાલીમ પર અમલ કરવાવાળો સામાન્ય રીતે એક લાંબી તંદુરસ્ત જિંદગી ગુજારે છે. કેમકે કુરઆન મજીદે દરેક વસ્તુની તાકીદ કરી છે. જે ફાયદાકારક છે. તે ઉત્તમ ખોરાકનો નમૂનો બતાવે છે. અને તે કાર્યની ગેરંટી આપે છે. કે જો આપણે અલ્લાહના દોસ્ત બની જઈએ તો તે આપણા રંજ, ડર, ગમ, દહેશત થી રક્ષણ કરશે. જ્યારે આપણી જિંદગીનાં વિજેતા થી નિરાશ થઇને તેની તરફ જોઈશું ત્યારે વાયદો હાજર છે.

"મંય ય-તવક-કલ અલલ્લાહિ ફહુવ હસ્બહુ

તે કોઈ મુસ્લમાન માટે આપઘાતનો ઈરાદો કરવાની શક્યતા છોડતો નથી. આ સિલસિલામાં દુન્યવી ગણત્રી આ હુકમની સાબિતી છે કે કોઈ પણ મુસલમાન મુલ્કમાં આપઘાતનુ ખુલ્લુ વર્ણન કરવા યોગ્ય નથી કેમકે ખુદા શાહરગ (મોટી નસ જે ગરદનમાંથી પસાર થાય છે)થી નજીક પૂકારનાર અને સાંભળનાર છે. દુઆ કબૂલ કરવા વાળો છે બીમારીઓથી તંદુરસ્તી આપનાર છે. માંબાપ થી વધુ પ્રેમ કરનાર રહીમ અને માફ કરનાર છે. તેનાં ત્યાં હાજરી દેવાવાળા માટે

જો તે કોઈ બેચેની ની હાલતમાં પછી પણ સપડાઈ જાય તો,

"અલા બિ-ઝિકરિલ્લાહિ તત્મઇન્નુલ કુલૂબ"

[illegible]

મુહમ્મદ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ
એક ચિકિત્સા શાસ્ત્રના નિષ્ણાંત

મનુષ્ય જમીન પર આબાદ થયો ત્યારે તેની રહેવાની રીત, સગવડો અને તેનો ફાયદો ઉઠાવવાની રીત શિખવવા માટે દરેક સમયમાં રસૂલો આવ્યા. ઈતિહાસના દરેક સમયમાં તંદુરસ્તી જાળવવા માટે દરેક ધર્મના ઈલાજ કરનાર ધર્મના આગેવાનો જોવા મળે છે.

હઝરત દાઉદ અલયહિસ્સલામ દવાઓના ઈલ્મની શરૂઆત કરનાર હતા. તે સમયે દરેક વૃક્ષ પથ્થરો તેમને સંબોધીને પોતાનું નામ અને તેનાથી થતો ફાયદો બતાવતા હતા. તેઓ તેને લખી લેતા હતા અને આ રીતે દવાઓના વિષય પર પહેલો પુસ્તક પ્રગટ થયો.

કુરઆન મજીદમાં હિકમતના ઈલ્મની મહત્તા પર ઈરશાદ ફરમાવ્યો છે

અલ્લાહ જેને ઈચ્છે (તેને) હિકમત આપે છે. અને જેને હિકમત મળી તેને ઘણી ભલાઈ પ્રાપ્ત થઈ (સુરએ બકરહ આ નં ૨૬૯)

આ હિકમત જયારે એક પસંદગી પામેલ બન્દા લુકમાનને પણ અર્પણ થઈ.

બેશક અમે લુકમાનને હિકમત આપી કે અલ્લાહનો આભાર માનો

(સુરએ લુકમાન આ નં ૧૨)

હઝરત લુકમાન અલયહિસ્સલામને એવી શાનદાર હિકમત મળી કે લોકો આજે પણ પોતાને વૈદકમાં લુકમાન કહેવડાવવું ગર્વની વાત સમજે છે. હઝરત ઈબ્રાહિમ અલયહિસ્સલામએ લોકોની ભલાઈ માટે ખુદા નું પહેલુ ઘર બનાવ્યું આજ્ઞાપાલન પછી પોતાના પરવરદિગાર થી જે ઈરાદા માટે નિવેદન કર્યું તે પણ રુચિથી ખાલી નથી.

અય અમારા રબ ! અને મોકલ એમનામાં એક રસૂલ એમના માંથી જ કે એમના પર તારી આયતો તિલાવત કરે અને એમને તારી કિતાબ અને પાકુ ઈલ્મ શિખડાવે અને એમને ખુબ પાક કરે બેશક તું જ છે ચઢીયાતો હિકમતવાળો (સુ. બકરહ આ. ૧૨૯)

અલ્લાહ પાકે હઝરત ઈબ્રાહીમ અલયહિસ્સલામની દુઆ પૂરેપૂરી કબૂલ ફરમાવી અલ્લાહ પાકે હઝરત મુહમ્મદ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને નુબૂવ્વત અતા ફરમાવી અને કિતાબ સાથે દુનિયામાં મોકલ્યા અને તેમણે લોકોને સમજાવ્યા. અને હિકમત નું ઈલ્મ પણ શિખડાવ્યું અને તેમને ઉપદેશની સાથે પાકી પણ શિખડાવી. (

અલ્લાહે તમારા પર કિતાબ અને હિકમત ઉતારી અને તેમને શિખડાવી દીધું જે કોઈ તમે જાણતા નહતા અને અલ્લાહનો ફઝલ છે તમારા પર મોટો (સુરએ નિસા આ નં ૧૧૩)

એ વાત નક્કી છે કે ખુદાને દરેક વસ્તુનું ઈલ્મ છે. ખૂબીયોમાં શિફા દેવા વાળો અને હિકમત વાળો પણ સામેલ છે. તે કે જે ઈલ્મવાળો હકીમ શાફી (તંદુરસ્તી આપવા વાળો) અને ઉચ્ચ છે. જો કોઈને તે પોતે જાતે આ ઈલ્મો શિખડાવે ત્યારે તે ઈલ્મ અને હિકમતમાં ત્રુટીનો કોઈ સવાલ જ પૈદા થતો નથી. તેમની આ ખૂબી પર ઈમામ મુહમ્મદ બિન અબુબક્ર ઇબ્ને કીમ લખે છેકે.

ચિકિત્સા શાસ્ત્ર એક કિયાફા (સામુદ્રિક શાસ્ત્ર) મનુષ્યની ચેષ્ટા, ચહેરા, આકાર અને ચિહનો દ્વારા મનુષ્યો વિગેરેના સ્વભાવનું જ્ઞાન છે. હકીમ કયાસ (અંદાજ) કરે છે કે દર્દીને ફલાણી બીમારી છે. અને તેના પર ફલાણી દવા યોગ્ય હશે. અને તેમાંથી કોઈ વસ્તુ વિશે પણ ભરોસાથી કહી શકતો નથી.

તેની સરખામણીમાં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનું ચિકિત્સાશાસ્ત્રનું જ્ઞાન અને તેના ઉપાયો અટલ. અંતિમ અને

ભરોસાપાત્ર છે. કેમકે તેમનું ઈલ્મ અલ્લાહની વહી પર આધારિત છે. તેમાં ભૂલ અને નિષ્ફળતાની શકયતા નથી.

તેઓએ ઈલ્મે શિફા વિશે સૌથી પહેલા સિધ્ધાંતો આપ્યા છે. હઝરત અબી રમશા રદિયલ્લાહુ તેમની પવિત્ર જબાન થી આ રીતે ઈરશાદ ફરમાવે છે.

તમારૂં કામ દર્દીને સાંત્વન આપવાનું છે. તબીબ ખુદ અલ્લાહ છે.

(આ ઈરશાદ કુર્આન મજીદની સુરએ શુઅરા આ નં ૮૦ ની તફસીરમાં છે.) (આયતનો અર્થ જ્યારે હું બીમાર પડું ત્યારે તેજ મને સારૂં કરે છે.)

ત્યાર પછી તેઓએ ઈલાજનો મહત્વનો સિધ્ધાંત આપ્યો જેને હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ બયાન કરે છે.

જ્યારે દવાઓની અસરો બીમારીની હકીકત સાથે અનુકુળતા રાખે ત્યારે તે વખતે અલ્લાહના હુકમથી શિફા (તંદુરસ્તી) થાય છે. (મુસ્લિમ)

આ એક મહત્વનું રહસ્ય પ્રગટ થાય છે કે બીમારીનું ઈલ્મ અને દવાઓનું ઈલ્મ કાયદેસર જાણ્યા વિના નુસ્ખો (ડૉકટરકે વૈધ લખી આપે છે તે) ઈલાજ લખવામાં ન આવે. કારણકે દર્દની હકીક્ત સમજ્યા વિના દવાઓની અસરો તેની સરખામણીમાં શક્ય બનશે નહિ. એનો અર્થ એ થયો કે ચિકિત્સા શાસ્ત્રની જાણકારી વિના ઈલાજ કરવાની રજા ન આપવામાં આવે.

હઝરત અમ્ર બિન શુએબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ પોતાના પિતા અને દાદાથી રિવાયત કરે છે કે રસુલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ફરમાવ્યું છે કે જેણે દવાખાનું કર્યુ તે ચિકિત્સા શાસ્ત્ર થી જાણકાર ન હતો અને જો તેનાથી કોઈને તકલીફ થઈ ત્યારે તે પોતાના દરેક કાર્ય માટે જવાબદાર છે. (અબુ દાઉદ ઈબ્ને માજા)

મુસલમાનો માટે ઈસ્લામી રીત, સભ્યતા મુજબ જિંદગી પસાર કરવા માટે સિધ્ધાંતો નક્કી કરવામાં આવેલ છે. જે દરેક તંદુરસ્ત જિંદગી પસાર કરવા તરફ એક કદમ છે. હાથ,પગ, મોં ઓછામાં ઓછા પંદર વખત વુઝૂમાં સારી રીતે સાફ કરનાર સંક્રામક બીમારીમાં રક્ષિત રહે છે. જે શખ્સના પેટમાં કીડા હોય અથવા ટાઈફોઈડનો જૂનો દર્દી હોય ત્યારે જાજરૂ થી પાછા ફરતા તેના હાથને કિડાઓ અથવા જંતુઓ ચોંટી જાય છે. જ્યારે તે પોતાના હાથ ખાવા પીવાની વસ્તુઓને લગાવે છે. ત્યારે બીમારી ફેલાવવાનું કારણ બને છે. તેનો ઉપાય એમ કરવામાં આવેકે મુસલમાનોને શુધ્ધતા પવિત્રતા શિખવાડી છે. પછી ફરમાવ્યું ઈસ્તિંજામાં જમણા હાથનો કદાપી પણ ઉપયોગ ન કરે. અને ખાવામાં ડાબા હાથનો કદાપી પણ ઉપયોગ ન કરે. નખ કાપવામાં આવે. પાણીના સંગ્રહસ્થાન નજીક અને છાયા વાળા સ્થળો પર જાજરૂ ન કરવામાં આવે.

સવારનો નાસ્તો જલ્દી કરવો. રાત્રી ભોજન પણ જલ્દી કરવું. તેના પછી ધીરે ધીરે ટહેલવું વધુ પડતા ખાવાની ટેવ કાયમ રાખવા માટે મનાઈ ફરમાવવામાં આવી છે. આ તેની મહત્વની ખૂબીઓ છે.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અવફી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસુલુલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ફરમાવે છે કે

જ્યારે તમે કોઈ કોઢ વાળા સાથે વાત કરો ત્યારે તમે પોતાના અને તેની વચ્ચે એક બે તીરના જેટલુ અંતર રાખો. (અબૂ નઈમ)

આધુનિક સાયન્સથી સાબિત થયેલ છે કે દર્દી જ્યારે વાત કરે છે. ત્યારે તેનાં મોંમાથી નીકળવા વાળા શ્વાસમાં બીમારીના જંતુઓ હોય છે. જેનાથી સામે વાળા શખ્સના મોં અને નાક દ્વારા શરીરમાં દાખલ થાય છે. અને તેને બીમાર કરી શકે છે. તેનાથી ક્ષય, ઓરી, અછબડા,

કાળી ખાંસી (જે બાળકોને થાય છે.) (ઉટાટીયું) ખાંસી, શિતળા અને કોઢ વિગેરેના પ્રકારમાં બીમારી ફેલાય છે. આ અમલને **DROPLET INFECTION** કહે છે.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી ફરમાવે છે કે પેટનુ દ્રષ્ટાંત એક હોજ જેવું છે. જો પેટ તંદુરસ્ત હોય ત્યારે નસો તંદુરસ્તી લઈને જાય છે. જો પેટ ખરાબ હોય તો નસો બીમારી લઈને જાય છે. (બયહકી)

એક બીજી રિવાયતમાં ફરમાવ્યું છે કે જો ખોરાક યોગ્ય રીતે હજમ ન થાય અથવા આંતરડાઓથી ખેંચાઈને શરીર ન બને ત્યારે શરીરની વૃધ્ધિ રોકાઇ જાય છે. બીજા શબ્દોમાં શરીર ઠંડુ પડી જાય છે. જયારે કે વધુ ખાનારની નસો પર ચરબીના પડ, જાડાઇ (સ્થુળતા), હૃદયની બીમારી, ગુર્દાની ખરાબી અને ડાયાબીટીસનુ કારણ બને છે.

હઝરત અબુ દરદા રદિયલ્લાહુ અન્હુ, અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ, હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ, હઝરત અબી રહીલ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ફરમાવે છે કે દરેક બીમારીની જડ શરીરની ઠંડક છે.

(ઇબ્ને નઇમ, ઇબ્ને અસાકર વિ.)

હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમએ ફરમાવ્યું છે કે ગુર્દાની જાન તેની **PELVIS** માં છે જો તેમાં બળતરા થઇ જાય ત્યારે આ ગુર્દાવાળા માટે ખૂબજ કષ્ટનું કારણ બને છે. તેનો ઉપાય ઉકાળેલ પાણી અને મધથી કરો.

(અબુ દાઉદ)

. જયારે તારીક બિન સુવૈદ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ દ્રાક્ષના દારૂથી ઇલાજ કરવા માટે સવાલ કર્યો તો ફરમાવ્યું આ દવા નથી બીમારી છે.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી ઈરશાદ બયાન કરે છે કે નુકસાન પહોંચાડનાર દવાઓનો ઉપયોગ કરવાથી મનાઇ ફરમાવી છે.

(અબુ દાઉદ, તિરમિઝી, અહમદ)

હઝરત મુહમ્મદ રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ દુનિયાના પ્રથમ હકીમ છે. જેમણે હૃદય રોગની ઓળખ આપી અને તેનો ઈલાજ પણ કર્યો અને તે પણ એવો અકસીર જે આજે પણ શકય નથી. તેમણે વંશ વધારનાર સાધનની ગાંઠ (ગુમડા) થી બચાવવા માટે ખત્ના કરાવવાનુ ચાલુ કરાવ્યું, બવાસીરનો દવાથી ઈલાજ કર્યો, પેટમાંથી પાણી નીકાળવા માટે ઓપરેશનની નવી વાત કરી. હૃદય અને ગુર્દાની બીમારીથી પૈદા થનારા શરીરના સોજાનો ઈલાજ કર્યો. દુનિયાના હકીમોને વૈદકને અસ્મદથી લઇને વરસ સુધી ચાલીસ એવી દવાઓ આપી જેનાથી આડઅસરો નથી. જેમણે આ ચિકિત્સા શાસ્ત્રનું ઈલ્મ શીખી લીધું તેને કયારેય નિષ્ફળતા મળશે નહીં.

અલ્લાહ તઆલાના હબીબ નબી અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે દર્દીઓની સાથે મળવાની મનાઇ ફરમાવી છે અને હુકમ આપ્યો છે કે દર્દીને તંદુરસ્ત લોકોથી દૂર રાખવામાં આવે. હઝરત અબુ સલ્મા બિન અબ્દુર્રહમાન રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે મેં હઝરત અબુ હુરૈરાહને નબી કરીમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી આ રિવાયત કરતા સાંભળ્યો છે. (બુખારી)

હઝરત ઉસામા રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે આં હઝરત સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ઈરશાદ ફરમાવ્યો છે કે

જયારે તેમને કોઇ ઈલાકામાં પ્લેગ ફેલાવાની ખબર મળે તો ત્યાં ન જાવ અને કોઇ એવા ઈલાકામાં જયાં પ્લેગ ફેલાઇ ગયો હોય ત્યાંથી કદાપી ભાગી ન જાવ. (બુખારી શરીફ)

પાણીની ચોખ્ખાઇ નજર સમક્ષ રાખતાં આં હઝરત સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પાણી પીવાના વાસણમાં શાક લેવા અને પાણીમાં ફુંક મારવાથી મનાઇ ફરમાવી છે.

હઝરત અનસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પાણી પીતા સમયે ત્રણ વખત (વાસણ બહાર) શ્વાસ લીધા કરતા હતા. (બુખારી, મુસ્લિમ)

હઝરત ઇબ્ને અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે રસૂલુલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું છે કે એક જ વખતે એક જ શ્વાસમાં ઊંટની માફક પાણી ન પીઓ. રોકાઇ રોકાઇને ત્રણ વખતમાં પાણી પીઓ જયારે પાણી પીવાનું શરૂ કરો ત્યારે અલ્લાહનું નામ લો. પાણી પી લીધા પછી તેની હમ્દ બયાન કરો.

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છે કે આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ઇરશાદ ફરમાવ્યો કે રાત્રે સૂતી વખતે બત્તી બુઝાવી દો, દરવાજો બંધ કરી દો, મશકનું મોં બંધ કરી દો અને ખાવા પીવાના વાસણોને ઢાંકી દો. (બુખારી, તિરમિઝી વગેરે)

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યો કે જો કોઇ કુતરું વાસણોમાં મોં નાખી દે તો સાત વખત તેને ધોવામાં આવે. જેમાં પહેલા અને છેલ્લા માટીથી ધોવામાં આવે બિલ્લી મોં નાખે તો એક વખત ધોવામાં આવે તે પુરતું છે. (તિરમિઝી)

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ જયારે છીંકતા હતા ત્યારે મોં (અને નાક) પર હાથ રાખી લેતા હતા અને આવાજ ધીમી કરી દેતા હતા. (અબુ દાઉદ, તિરમિઝી)

અલ્લાહ તઆલાએ જે બીમારી અને દવા ઉતારી છે. ત્યારે તેણે બીમારીનો ઉપાય પણ નકકી કરેલ છે. તે માટે તમે ઈલાજ કરો પરંતુ હરામ ચીજોથી ઈલાજ ન કરવામાં આવે.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે અલ્લાહ તઆલાએ કોઈ એવી બીમારી મોકલી નથી જેની દવા ન ઉતારી હોય. (બુખારી)

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન ફરમાવે છે કે હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ઈરશાદ ફરમાવ્યો છે કે જે બીમારીની દવા કરવામાં આવે ત્યારે શિફા (તંદુરસ્તી) અલ્લાહ તઆલાની તરફથી હોય છે. (મુસ્લિમ)

ખજૂર અને કુર્આને કરીમ

(૧) શું તમારામાંથી કોઈ એ (વાત)ને પસંદ કરશે કે તેની પાસે ખજૂર અને દ્રાક્ષનો એક બાગ હોય. (સૂરએ બકરહ આ નં ૬૬)

(૨) વરસાદના ફાયદા ના ક્રમમાં ઈરશાદ થયો છે. અમે તેનાથી દરેક ઉગનાર વસ્તુ કાઢીએ છીએ એકબીજા પર ચઢેલા, અને ખજૂરના ગાભામાંથી પાસે પાસેના ઝુમખા. (સૂરએ અન્આમ આ નં ૯૯)

(૩) અને તે જ છે જેણે બનાવ્યા બગીચા અમુક પૃથ્વી પર છવાયેલા અને નહી છવાયેલા અને ખેતી જેમાં રંગરંગનો ખોરાક.

(સૂરએ અન્આમ આ નં ૧૪૧)

(૪) અને ખજૂરના ઝાડો ગુફાએલા ઉગેલા અને આછા બધાને એક જ પાણી આપવામાં આવે છે. (સૂરએ રઅદ આ નં ૪)

(૫) એ પાણીથી તમારા માટે ખેતી ઉગાડે છે. અને ઝૈતૂન અને ખજૂર અને દ્રાક્ષ દરેક જાતના ફળ બેશક એમાં નિશાની છે ધ્યાન કરનારાઓ માટે. (સૂરએ નહલ આ નં ૧૧)

(૬) અને ખજૂર તેમજ દ્રાક્ષના ફળોમાંથી (સૂરએ નહલ આ નં ૬૭)

(૭) અથવા તમારા માટે ખજૂરો અને દ્રાક્ષનો બગીચો હોય અને તેમાંથી નહેર વહેતી હોય.(સૂરએ ઈસરાઈલ આ નં ૯૧)

(૮) અને તેમની સમક્ષ બે પુરૂષોની હાલત બયાન કરો કે તેમાના એકને દ્રાક્ષની બે વાડીઓ આપી અને ખજૂરોના ઝાડો તેમની વચ્ચે ખેતી બનાવી દીધી. (સૂરએ કહફ આ નં ૩૨)

(૯) પછી તેણીને પ્રસવ વેદના એક ખજૂરના મૂળ તરફ લઈ આવી. (સૂરએ મરિયમ આ નં ૨૩)

(૧૦) અને ખજૂરનુ મૂળ પકડીને પોતાની તરફ હલાવ તારા પર ખજૂર પડશે. (સૂરએ મરિયમ આ નં ૨૫)

(૧૧) અને તમને ખજૂરની ડાળીઓ પર ફાંસીએ ચઢાવીશ. (સૂરએ તાહા આ નં ૭૧)

(૧૨) અને ખેતરોમાં અને ખજૂરોમાં જેમના ઝુમખા (ડાળીઓ) નરમ, નાજુક અને પાકા છે: (સૂરએ શુઅરા આ નં ૧૪૮)

(૧૩) અને એમાં તેમાં બગીચાઓ બનાવ્યા ખજૂરોના અને દ્રાક્ષના (સૂરએ યાસીન આ નં ૩૪)

(૧૪) અને ખજૂરોના ઉંચા ઝાડો કે જેમનો ગાભો પાકો હોય છે. (સૂરએ કાફ આ નં ૧૦)

(૧૫) લોકોને એવી રીતે ઉખાડી નાખતી જેવી કે ઉખળી ગયેલા ખજૂરના ઝાડોના દાંડાંઓ. (સૂરએ કમર આ નં ૨૦)

(૧૯) એમાં મેવાઓ અને ગિલાફદાર ખજૂરો થાય છે.

(સુરેઅ રહમાન આ નં ૧૧)

(૧૭) તો એ લોકો ન તેમાં જુઓ પછડાએલા જાણેકે તેઓ પડેલા ખજૂરોના દાંડાઓ છે. (સુરએ અલ હાક્કહ આ નં. ૭)

(૧૮) પછી ધરતીને ચીરી તો એમાં અનાજ ઉગાડ્યું અને દ્રાક્ષ અને ચારો અને ઝૈતુન અને ખજૂર ગુફાએલા બગીચાઓ.

(સુરએ અબસ આ નં. ૨૭ થી ૩૦)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ખજૂર વિશે ઈરશાદાત

અલ્લાહ તઆલાએ મનુષ્યો માટે જાત જાતની નેઅમતો આપી છે. તેમાંથી સૌથી મોટી નેઅમત ખજૂર છે. આ હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનો મન પસંદ ખોરાક પણ હતો. સહાબાએ કિરામ જિહાદ માટે રવાના થતા તો એક સહાબી સેંકડો પર જીત મેળવતો. એવી કઈ વસ્તુ ખજૂરમાં છે. જે સહાબાએ કિરામ રદિયલ્લાહુ અન્હુમ એક ખજૂર અને તેના ઠળીયા પર આખો દિવસ પસાર કરી દેતા હતા. ખજૂરને દવાની નજરે જોવાંમાં આવે તો તેમાં ઘણા ફાયદાઓ જોવા મળે છે.

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે મારી વાલિદા મને સશક્ત કરવા માટે ઘણા ઉપાયો કરતી રહેતી હતી તેમની ઈચ્છા એ હોતી કે જયારે હું રસૂલે ખુદા સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ત્યાં જાઉ ત્યારે હૃષ્ટ પુષ્ટ થઈ જાઉ પરંતુ મને દવાઓથી કોઈ ફાયદો ન થયો જેથી મેં તાજી પાકી ખજૂરો અને કાકડી ખાધી જેનાથી હું ખૂબ જ ખુબસૂરત શરીરવાળી અને સશક્ત બની ગઈ.

(બુખારી અને મુસ્લિમ શરીફ, નિસાઈ ઈબ્ને માજા.)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ કહે છે કે હૂઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે સવારે નરણા કોઠે ખજૂર ખાયા કરો આવું કરવાથી પેટના કીડાઓ મરી જાય છે. (મસ્નદે ફિરદોસ)

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું રાતે ખાવાનું જરૂર ખાવ. જો બીજુ કાંઈ શકય ન હોય તો એક મુઠ્ઠી ખજૂર જ ખાઈ લેવામાં આવે. કેમકે રાત્રીનું ભોજન છોડી દેવાથી કમજોરી આવી જાય છે. (તિરમિઝી)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છે. કે અમારામાંથી કેટલાક લોકો નબી કરીમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં બેઠા હતા કે ખજૂરનાં ગાભા આવ્યા. આપે અમને ફરમાવ્યું વૃક્ષોમાંથી એક વૃક્ષ એવું છે. જેને અલ્લાહ તઆલાએ એવી બરકત આપી છે કે તે મુસલમાન છે. મેં અંદાજ લગાવ્યો કે આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનો મતલબ ખજૂરના વૃક્ષથી છે. અને મારી ઈચ્છા થઈ કે જવાબ માટે અરજ કરૂં કે યા રસૂલલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તે વૃક્ષ ખજૂરનું છે. હું એ માટે ચૂપ રહયો કારણકે હુ સૌથી નાનો હતો. પછી નબી કરીમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યુ કે તે વૃક્ષ ખજૂરનુ છે. (બુખારી અને મુસ્લિમ શરીફ)

અજવાહ ખજૂર મધ્યમ કદની થોડી કાળા રંગની અને સ્વાદમાં ખૂબ જ સ્વાદિષ્ટ હોય છે.

રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું આ મહાન ખજૂર અજવાહમાં દરેક બીમારીની શિફા (તંદુરસ્તી) છે. અને જો તેને નરણા કોઠે ખાવામાં આવે તો ઝેરને મિટાવી દે છે. (મુસ્લિમ)

હઝરત આમિર બિન સઅદ બિન અબી વક્કાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ પોતાના વાલિદે ગિરામીથી રિવાયત કરે છે કે મેં સઅદ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી એ કહેતા સાંભળ્યું છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ

ફરમાવતા હતા કે જયારે કોઈ સવારે ઉઠતા જ અજવાહ ખજૂરના સાત દાણા ખાઈ લે. તે દિવસે તેને જાદૂ અને ઝેર પણ કોઈ નુકશાન પહોંચાડી શકશે નહી. (બુખારી, મુસ્લિમ, અબૂ દાઉદ)

હઝરત સઅદ બિન અબી વક્કાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બીમાર પડ્યા તો રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તેમને આશ્વાસન આપવા માટે તશરીફ લાવ્યા. આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પોતાનો મુબારક હાથ હઝરત સઅદ રદિયલ્લાહુ અન્હુના કાંધાની વચ્ચે મૂકયો તો તેની ઠંડક સીનામાં ફેલાઈ ગઈ. પછી આપે ઈરશાદ ફરમાવ્યો. તેને દિલનો દોરો પડ્યો છે. તેને હારિસ બિન કલાહ પાસે લઈ જાવ કે શકીફમાં દવાખાનું ચલાવે છે. તેમને હકીમ હારિસ પાસે લઈગયા હકીમે જોઈ મદીનહની સાત અજવાહ ખજૂરો ઠળીયાઓ સાથે કુટીને તેને ખવડાવાનું કહ્યું. હઝરત સઅદ બિન અબી વક્કાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ માટે આ ઈલાજ ખૂબ જ કારગત નીવડ્યો તેઓ તંદુરસ્ત થઈ ગયા.

હઝરત ઉમ્મે મન્ઝર રદિયલ્લાહુ અન્હા રિવાયત કરે છે કે અમારા ઘેર રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તશરીફ લાવ્યાં તેમના સાથે હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ પણ હતા. તે સમયે અમારા ત્યાં ખજૂરોના ઝુમખાઓ લટકી રહ્યા હતા. તે તેમની ખિદમતમાં રજૂ કર્યા બન્ને ખાતા રહ્યા પછી રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે એક જગ્યાએ હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુને કહ્યું કે તમે અત્યારે ખાવ નહિ. તમે અત્યારે બીમારીમાંથી ઉઠયા છો અને કમજોર છો.

આ રિવાયતમાં વધુમાં એ આવ્યું છેકે હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ સાત ખજૂરો ખાધી હતી પછી તેમને રોકી દીધા. ઉમ્મે મન્ઝર રદિયલ્લાહુ અન્હાએ તેમના માટે ચુકંદર (એક શાક) ગોસ્ત અને જવની રોટી પકાવી. તેઓએ આ ખાણાને હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ માટે પસંદ કર્યું. (ઇબ્ને માજા, તિરમીઝી, મસ્નદે અહમદ)

હઝરત સુહૈબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે હું મજલિસે રિસાલતમાં ખજૂર ખાઈ રહ્યો હતો તે દિવસમાં મારી આંખો દુખતી હતી. હુઝૂર રિસાલતે મઆબ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. તમે ખજૂર ખાઈ રહ્યા છો પરંતુ તમારી આંખો દુખે છે. સુહૈબ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ આ ઈરશાદની મજાકમાં કહ્યુંકે મારી જમણી આંખ દુખે છે જ્યારે હું ખજૂરો ડાબી બાજુએથી ખાઈ રહ્યો છું.

આ પવિત્ર ઈરશાદની દલીલ છે કે જ્યારે આંખો દુખતી હોય ત્યારે ખજૂરો ખાવી યોગ્ય નથી. (તિબરી)

હઝરત અનસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે તમારી ખજૂરોમાં સૌથી ઉત્તમ ખજૂર બરની છે. આ બીમારીને દૂર કરે છે. તેમાં કોઈ જાતની બીમારી નથી. (અબુ નઈમ વિગેરે)

હઝરત અબુ હરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ સનદ વિના બયાન કરે છે કે બરની ખજૂર એક ઉમદા દવા છે. જ્યારે કે તેમાં પોતાનામાં કોઈ બીમારી નથી. એટલે કે તેને ખાવાથી કોઈ નુકશાન પહોંચતુ નથી.

બરની ખજૂર ભૂરા રંગની હોય છે. તેની અંદર નો ભાગ અને મિઠાસ વધારે હોય છે. તે કદમાં મોટી અને તેનો ઠળીયો નાનો હોય છે.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે મારા નજીક ઔરતોના હૈઝના વધારામાં ખજૂરથી ઉત્તમ અને દર્દીના માટે મધથી ઉત્તમ કોઈ દવા નથી. (અબુ નઈમ)

હઝરત આઈશા સિદીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું છે કે સાત દાણા અજવાહ ખજૂરના સાત દિવસ સુધી રોજ ખાવાથી કોઢમાં ફાયદો થાય છે. (અબુ નઈમ)

હઝરત અબુ હરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવે છેકે ખજૂર ખાવાથી કુલિંજ (મોટા આંતરડાની પીડા) થતી નથી. (અબુ નઈમ)

આમીર બિન સઈદ પોતાના વાલિદ મહોતરમ થી રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. કે જે કોઈ મદીનહના બે પહાડો વચ્ચેની વાદીમાં પૈદા થવા વાળી ખજૂરોમાં થી દરરોજ સાત ખજૂરો નરણા કોઠે ખાય તેને તે રોજ સાંજ સુધી કોઈ ઝેર અસર કરશે નહિ અને જેણે સાંજે ખાધી તે સવાર સુધી રક્ષિત રહેશે. (મુસનદ અહમદ)

હઝરત અસ્મા બિન્તે અબુબક્ર રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છેકે મક્કાહ મોઅઝઝમામાં અબ્દુલ્લાહ બિન ઝુબૈર પૈદા થયા. હું આ બાળકને લઈ રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની પાસે લઈ ગઈ અને તેમને તેમના ખોળામાં નાંખી દીધા. તેઓએ ખજૂર મંગાવી પોતાના મોમાં ચાવી પછી પોતાનું મુબારક લુઆબ (થૂંક) અને ખજૂર બાળકના મોમાં નાંખી તેના તાળવે લગાવ્યાં પછી બાળક માટે બરકતની દુઆ કરી. આ પહેલું બાળક હતું જે મુસલમાનમાં પૈદા થયું. (બુખારી મુસ્લિમ)

હઝરત અબુ મુસા અસઅરી રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે મારા ઘરમાં પુત્ર પૈદા થયો. હું તેને લઈને હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં હાજર થયો. આપે ચાવીને ખજૂર તેના મોમાં નાખી. (બુખારી)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પાકી ખજૂરો થી રોઝા ઈફતાર કરતા હતા. જો તે ન હોય તો જુની ખજૂર થી. અને તે પણ ન હોયતો પાણી અને સત્તુ વિગેરે થી. (સાંથવો) (સેકેલા ઘઉને ખાંડી કરેલુ એક મિષ્ટાન)

રાવીનો ઉલ્લેખ કર્યા વગર મુહમ્મદ અહમદ બતાવે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. જેને ખજૂર પ્રાપ્ત થાય તેનાથી રોઝા ખોલે જેને ન મળે તો પાણી થી રોઝુ ખોલે કેમકે તે પાક છે. કેમકે દિવસની ભૂખ પછી શક્તિ ઓછી થઈ જાય છે. એ માટે ઈફતારી એવી વસ્તુથી કરે જે જલ્દી થી હજમ થાય અને શક્તિ આપે.

હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હા અજવાહ ખજૂરોને માથાનો દર્દ દૂર કરવા માટે ઉપયોગ કરવાનું ફરમાવે છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનું ફરમાન છે કે અજવાહ અને સખરા બન્ને જન્નતોમાંની ખજૂરો છે. (ઇબ્ને માજા)

રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ફરમાવે છે કે તમે પોતાની ઔરતોને અને બાળકોને ખજૂરો ખવડાવો જો તે ન મળે તો છુહારા (એક સુકી ખજૂર ખોરાક) હઝરત નબી કરીમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ખજૂરો ખૂબજ પસંદ હતી.

હઝરત સુહૈબ બિન સઅદ અસા અદી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે. મે તેઓને જોયા તો તેઓ ખજૂરોની સાથે તડબુચ (સકર-ટેટી) ખાઈ રહ્યા હતા. (ઈબ્ને માજા, તિરમિઝી મુસ્લિમ) અબુ દાઉદ માં વધુ છે કે તેઓએ ફરમાવ્યું કે હું ખજૂરની ગરમી તડબુચ ની ઠંડકથી બરાબર કરી લઉ છું. ખજૂરની ગરમી દૂર થઈ જાય છે.

બુસર રદિયલ્લાહુ અન્હુના પુત્ર રિવાયત કરે છેકે અમારા ત્યાં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તશરીફ લાવ્યા. અમે તેમની ખિદમતમાં માખણ અને ખજૂરો રજૂ કરી કેમકે તેમને માખણની સાથે ખજૂરો પસંદ હતી. (અબુ દાઉદ, ઇબ્ને માજા)

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. કે જુની ખજૂરોની સાથે તાજી

ખજૂરો મળેવીને ખાવ. કેમકે શયતાન જ્યારે કોઈને આવું કરતાં જુએ છે ત્યારે અફસોસ કરે છે. જુની ખજૂરોની સાથે નવી ખજૂરો ખાઈને આદમી હટ્ટો કટ્ટો બની જાય છે. (ઈબ્ને માજા નિસાઈ)

હઝરત યુસુફ બિન અબ્દુલ્લાહ બિન સલામ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે મેં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જોયાકે તેઓએ જવની રોટીના એક ટુકડા સાથે ખજૂર રાખેલી હતી. પછી ફરમાવ્યું કે આ રોટલી ની સાથે શાક છે. (અબુ દાઉદ)

હઝરત સુહૈલ બિન સઅદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે અબુ સઈદ અસા અદીએ પોતાની શાદીના વલીમા પર રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને દાવત આપી તેમની દુલ્હન તેમની ખિદમત કરી રહી હતી. આપ જાણો છોકે તેઓએ રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને શું પીવડાવ્યું તેઓએ રાતે માટીના એક કુંડામાં ખજૂરો પલાળીને રાખી સવારે તેમને આ પાણી પીવડાવ્યું. (બુખારી)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન જઅફર રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે મેં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જોયા કે તેઓ ખજૂરોની સાથે કાકડી ખાઈ રહ્યા હતા. (મુસ્લિમ ઈબ્ને માજા)

હઝરત નાફેઅ બિન ઉમર અલ્મઝની બયાન કરે છે કે મેં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ફરમાવતા સાંભળ્યા છે કે અજવાહ ખજૂર ખને બયતુલ મુકદસ ની મસ્જિદનો ગુંબદ (સખરા) બન્ને જન્નતમાંથી આવ્યા છે. (ઈબ્ને માજા)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે દ્રાક્ષ અને ખજૂરને એક સાથે (એકી વખતે) ખાવાથી મના કરેલ છે. (અબુ દાઉદ)

હઝરત ઉમ્મે મુઅ-મીનીન આઈશા અને હઝરત ઉમ્મે સલ્મા રદિયલ્લાહુ અન્હુમ રિવાયત કરે છે કે અર્ધી પાકેલી ખજૂરને

જુની ખજૂરની સાથે મેળવીને ખાવાની મના ફરમાવી છે.

(બુખારી નિસાઈ)

ઈબ્ને કીમ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ સનદ વગર ઝિક્ર કરેલ છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ખજૂર અને અંજીરને એકી સાથે એકી વખતે ખાવાની મના ફરમાવી છે.

મુહદ્દિસીનના (હદીસ વેત્તાઓ) અનુભવો

(૧) ખજૂર જલ્દી હજમ થઈ જિગરને શક્તિ આપવાનું કારણ બને છે.

(૨) તે ઘાને ભરવાનું કામ કરે છે.

(૩) અતિસાર (પાતળા ઝાડા)ને રોકે છે.

(૪) કમળો (પીળીયો) માટે ઉત્તમ છે. કારણકે પિત્તાશય અને કલેજાના કાર્યને સુધારે છે.

(૫) મુહમ્મદ અહમદ ઝયબી રદિયલ્લાહુ અન્હુ જણાવે છે કે ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓને ખજૂરો ખવડાવવાથી પુત્ર પૈદા થશે જે સહનશીલ ખૂબસૂરત અને ગંભીર થશે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ને અજવાહ ખજૂર વધુ પસંદ હતી. તેને જન્નતનો મેવો નક્કી કર્યો. તેઓ કેટલાક લોકો કબ્રના અઝાબથી છુટકારો કરાવવા માટે ખજૂરોની ડાળી કબરો પર પોતાના હાથે લગાવી. રોઝા ઈફતાર કર્યો નરણા કોઠે ખાવાની તાકીદ કરી અને પેટના કીડાનો ઈલાજ પણ બતાવ્યો.

(૬) તાજી પાકી ખજૂરોનુ પાણી પીવાથી અતિસાર પાતળા ઝાડા રોકાઈ જાય છે

(૭) ખજૂરની સાથે દાડમનું પાણી હોજરીની બળતરા અને જુના અતિસાર માટે ફાયદાકારક છે.

પ્રાચીન હકીમોનાં નિરીક્ષણ અને અનુભવો

ખજૂરના વૃક્ષને ચૈત્ર વૈશાખ માસમાં (માર્ચ-એપ્રીલ) ફુલો આવે છે. ભાદરવા અને આસો (ઓગષ્ટ અને સપ્ટેમ્બર) માસમાં ફળ પાકીને તૈયાર થઈ જાય છે. આ વૃક્ષમાંથી એક પ્રકારનો ગુંદ નીકળે છે જે બહારના જખમ (ઘા) માટે ફાયદાકારક છે.

આ વૃક્ષના થડમાં ઘા લગાડવામાં આવે ત્યારે તેમાંથી એક મીઠો અને ખુશ્બુદાર રસ નીકળે છે. તે તાજો હોય ત્યારે પીવામાં આવે, ત્યારે તે ખૂબજ સ્વાદિષ્ટ અને રૂહને શક્તિ આપવાનું કામ કરે છે. એક દિવસ પછી ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો તેમાં આથો ચડી જાય છે. અને તે લેવાથી નશો આવી જાય છે. આ નશો તાડીના જેવો છે. (ખજૂરના આ રસ અને તાડીમાં કોઈ ફર્ક નથી.)

ચૈત્ર માસમાં ખજૂરના વૃક્ષમાં લાગેલા ફુલો જો પાણીમાં ઘુંટીને પીવામાં આવે તો હોજરીને શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. પાતળા ઝાડા બંધ થઈ જાય છે. તાવમાં રાહત આપે છે મોમાંથી નીકળતું લોહી બંધ થઈ જાય છે.

ખજૂરનો ઠળીયો બાળીને દાંત પર ઘસવામાં આવે, ત્યારે મોંમાના સડાને અને ગંધને દૂર કરે છે. દાંતના મેલને દૂર કરે છે. જયાં પણ લોહી વહેતુ હોય ત્યાં તેની રાખ લગાડવાથી બંધ થઈ જાય છે. ઘા સાફ કરે છે.

ખજૂર શક્તિ વધારનાર અને બીમારીની અશક્તિને દૂર કરે છે. ખજૂરની જડ અથવા પાંદડાની રાખથી મંજન કરવું દાંતના દર્દો માટે

અકસીર છે. રાખના બદલે પાણીમાં ખજૂરોને પકવીને તેના પાણીથી કોગળા કરવામાં આવે તો પણ ફાયદાકારક છે.

ખજૂરોથી નુકશાન કરતી અસરો દાડમના રસ અથવા સિરકા, બદામનું તેલ, ખસખસ અથવા કાળા મરીને મેળવવાથી દૂર થાય છે.

ખજૂર શરીર અને તેના સ્નાયુ, નસો વિગેરેને શક્તિ આપે છે. તેને દૂધમાં પકાવી ને ઉપયોગમાં લેવાથી વધારે ફાયદાકારક રહે છે.

ખજૂરનો ગાભો (ઝાડના અંદરનો નરમ ભાગ) ખજૂરના વૃક્ષની ડાળીઓમાં જ્યાં ફુલ લાગે છે. ત્યાં કુંપળોથી પહેલા આ ચોટલુ ઘાટું, મીઠુ અને ખુશ્બુદાર એકઠું થાય છે. તેનો સ્વાદ દૂધ અને બદામ જેવો હોય છે. જે વૃક્ષમાં થી આ ઘાટાને કાઢી લેવામાં આવે તેને પછી ફુલ લાગતા નથી. તે ઘાટાને ખાવાથી કબજિયાત પૈદા થાય છે. આંતરડાઓ મજબૂત થાય છે. અને ઝાડા રોકાઈ જાય છે. સીના (છાતી)ના દર્દને દૂર કરે છે. થૂંકમાં લોહી પડતું હોય તો બંધ થઈ જાય છે. તેના ખાવાથી ગળા અને છાતીની બળતરા સમાપ્ત થઈ જાય છે. આવાજમાં ખૂબસૂરતી પૈદા થાય છે. તેને ખાવાથી શરીરમાં તાકાત પૈદા થાય છે. પીત પ્રકોપમાં ઉપયોગી છે. ગુર્દાની બળતરા દૂર થાય છે. ઉલ્ટીને રોકે છે. ચક્કરના દર્દમાં પણ ફાયદાકારક છે.

ચિકિત્સા સબંધી ફાયદાઓ :- ખજૂરના વૃક્ષમાંથી નીકળનાર ગુંદ આંતરડાઓ ગુર્દાઓ અને પેશાબની નળીઓની બળતરા માટે પ્રખ્યાત છે. તેને ખાવાથી મોંની બદબૂ દૂર થઈ જાય છે.

ખજૂર પૌષ્ટિક ખોરાક છે. ખજૂરમાં સ્ટાર્ચ પ્રોટિન અને ચરબી પણ હોય છે તે ઉપરાંત તેમાં વીટામીન એ, બી-૧, બી-૨, વીટામીન સી પણ છે. વધુમાં તેમાં સોડિયમ કેલ્શિયમ, સલ્ફર ફોસ્ફરસ અને આયર્ન જેવા ઉપયોગી ખનીજ દ્રવ્યો હોય છે.

ખજૂરના અન્ય ઈલાજો

ખજૂરથી શરીરના રોગો માટે ઉપયોગ

લોહીની કમી માટે :- જેમને ઓછા લોહીની અથવા કમજોરીની ફરિયાદ હોય તેઓ પાંચ છુહારા(પીંડ ખજૂર) (એક પ્રકારની સૂકી ખજૂર) (ખારેક) લઈને ૫૦૦ ગ્રામ દુધમાં નાંખી ખૂબ પકાવવી છુહારા નરમ પડી જાય તેને દુધમાંથી કાઢી ખાઈ લે અને દૂધમાં બે ચમચા મધ મેળવી પી જાય દિવસમાં આવું ફક્ત એક જ વખત કરે. થોડા સમયમાં શક્તિ આવી જશે.

કફજન્ય ખાંસી :- જેમને કફજન્ય ખાંસી અને દમની ફરિયાદ હોય તેમણે છુહારા અને અદરકનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ તે બન્નેના ખૂબ જ ઝીણા ટુકડા કરો એક પાનના પત્તામાં રાખી ચાવવા જોઈએ આવી રીતે પાન બનાવી ખાવાથી કફજન્ય ખાંસી અને દમથી છુટકારો મળે છે.

ઝાડા :- બાળકો અથવા મોટાઓના ઝાડામાં ખજૂરના જુનાં ઠળીયા સારી રીતે પીસીને ખાવાથી ઝાડા બંધ થઈ જાય છે.

વધુ પડતી શરદી : શરદીની ઋતુમાં ઘણાં માણસોને શરદીનો વધુ અનુભવ થાય છે. તેમણે એક પાવ શેર દૂધમાં ત્રણ થી પાંચ છુહારા અને થોડા તિલગૂજા સારી રીતે કુટીને પછી તેને ઉકાળીને પીવે તો થોડા દિવસમાં ફરિયાદ દૂર થઈ જશે.

મંદ તાવ અને ગેસ : આ દર્દના દર્દી પોતાની શક્તિ પ્રમાણે ત્રણ થી સાત છુહારા રાત્રે થોડા પાણીમાં પલાળી દેવા સવારે ઉઠીને છુહારા ખાઈ જવા પાણી પીને હલ્કો નાસ્તો કરી લે થોડા દિવસમાં તબીયત સુધરી જશે.

શરીરની નબળાઈ માટે : જે બાળકો કમજોર હોય અને સશક્ત થવા માટે તાજી ખજૂરો પાંચ દાણા ખાઈને દૂધ પી લીધા કરે થોડા દિવસમાં ફર્ક જણાશે.

પાચન શક્તિ માટે : છુહારાનું અથાણું સિરકામાં નાખવામાં આવે છે. તેના ઉપયોગથી પાચનશક્તિ બિલ્કુલ દૂરસ્ત થઈ જાય છે. આના માટે છુહારા કાપી મીઠુ, કાળા મરી, દ્રાક્ષ, અદરક અને લસણ સિરકામાં મેળવવામાં આવે. થોડા દિવસ પછી તેનો ઉપયોગ કરવો.

દાંતો માટે : ખજૂરો ના ઠળીયા સારી રીતે કુટી પાણીમાં મેળવી લેવા તેને અર્ધ શેકા પાણીમાં નાખી કોગળા કરવાથી દાંતનુ દર્દ દૂર થઈ જાય છે.

જિગર (કાળજુ) : ખજૂરને રાત્રે પાણીમાં પલાળી સવારે ઉઠી તેનું પાણી પી લે. આવી રીતે દરરોજ કરે કાળજાની સૂધારણા થઈ જશે. તેનો રસ પાણી અથવા દૂધમાં મેળવી પીવાથી તુરત શક્તિ પ્રાપ્ત થશે.

હૈઝમાં વધારો થવા માટે : જે ઔરતને વધુ ખૂન આવતુ હોય, તેઓ તાજી ખજૂરને ખોરાકની સાથે ખાય તો આ ફરિયાદ દૂર થઈ જશે. તેનાં ઠળીયાને ભૂનીને મોટું મોટું કુટી કોફીની જેમ પીવામાં આવે તો આ દર્દમાં ખૂબ જ ફાયદાકારક છે.

અતિસાર (પાતળા ઝાડા) : જો પાકી ખજૂરોને પાણીમાં પલાળીને તેનું પાણી પીવામાં આવે તો આંતરડામાં ચૂક આવવી, ઝાડા થવા (પૈચીસ) અને પાતળા ઝાડા રોકાઇ જાય છે. અને હોજરી તથા આંતરડામાં પીત્ત નો વાધારો ઓછો થઈ જાય છે. અને તેના સિવાય આંતરડા અને હોજરીમાં પડેલ ચાંદા કે ઘા અને બળતરા માટે ખજૂરનું પાણી પીવું ઉત્તમ છે.

દિલ અને દિમાગની શક્તિ માટે : ખજૂરને દૂધમાં પકવીને ઉપયોગમાં લેવી વધુ ફાયદાકારક છે. એક સમયમાં પાંચ તોલાથી વધુનો

ઉપયોગ ન કરવો. જે ખજૂરોને શરદીમાં રાત્રે સૂતી વખતે ગરમ દૂધની સાથે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો દિલ અને દિમાગને તાકત આપવામાં સર્વોત્તમ છે.

ગર્ભાશયની અશક્તિ : ગર્ભાશયની કમજોરીના કારણે જે સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેતો નથી અથવા પડી જાય છે. તેમના માટે છુહારા અને સુકી ખજૂરો બેહદ ફાયદાકારક છે. લ્યુકોરિયા માં સ્ત્રીઓ જો તેનો ઉપયોગ કરે તો તમામ ગર્ભાશયના દર્દ દૂર થઈ જાય છે.

બાળકના જન્મ સમય ની સરળતા : બાળકના જન્મ માં જો મુશ્કેલી થઈ રહી હોય તો ખજૂરના સાત દાણા ગરમ દૂધની સાથે ખવડાવે જેથી પ્રસુતીના સમયે આસાની થઈ જશે.

દૂધની વૃધ્ધી માટે : માતાના દૂધમાં કમીને કારણે બાળકને દૂધ પૂરતા પ્રમાણે પીવડાવી સકતી નથી જેથી માતાએ ખજૂરોની સાથે દૂધનો ઉપયોગ કરે.

દમ અથવા અસ્થમા : ફેફસાની કમજોરી વધી જાય ત્યારે સૌથી ઉત્તમ એ છે કે દસ અજવાહ ખજૂરો (ઠળીયો અલગ કરી) બારીક પીસી લે તેમાં એક ઔંસ માખણ (મીઠા વિનાનું) મેળવી તેનો અર્ધો ભાગ સવારે નરણા કોઠે અને બાકીનો સાંજે ચાર પાંચ વાગે ખાઈ લે. (યાદ રાખોકે આ ખજૂરો ખાધા પછી પાણી ન પીવામાં આવે)

દાંત માટે : ખજૂરના ઠળીયા બાળીને દાંતો પર ઘસવામાં આવે તો મોની દુર્ગંધ થી છુટકારો મળે છે અને દાંત સાફ થઈ જાય છે.

ઘા માટે : ખજૂરના ઠળીયા બાળી રાખ બનાવી જ્યાં લોહી નીકળી રહ્યું હોય ત્યાં રાખ લગાડવાથી બંધ થઈ જાય છે. ઘા સાફ કરી દે છે ઘા પણ ભરાઈ જાય છે.

જો ખજૂરોને બદામની સાથે મેળવીને ખાવાથી તેની નુકશાન કારક અસરો ખત્મ થઈ જાય છે. નરણા કોઠે ખાવાથી પેટના કીડા પણ મટી જાય છે.

ખજૂરનો બીજો પ્રકાર છુહારા છે. જેની પ્રકૃતિ ગરમ છે. તે કફને દૂર કરે છે. જેથી શરદી ખાંસી સળેખમ અને કફ પૈદા કરનાર તમામ દર્દ મટી જાય છે. જેવા કે લકવો, વિગેરે



કુર્આનના હુકમો :- કુર્આને મજીદમાં એક સુરત ખાસ કરીને મધમાખી વિશે મોજૂદ છે.

અને તમારા રબ એ મધમાખીને ઈલ્હામ (ગુપ્ત સંકેત) કર્યો કે પર્વતોમાં ઘર બનાવ અને ઝાડોમાં અને છાપરાઓમાં પછી દરેક પ્રકારના ફળમાંથી ખા અને પોતાના રબના માર્ગોએ ચાલ કે તારા માટે નરમ અને સરળ છે. તેના પેટમાંથી એક પીવાની વસ્તુ રંગબેરંગી નીકળે છે. જે લોકોની તંદુરસ્તી છે. બેશક એમાં ધ્યાન કરનારાઓ માટે નિશાની છે. (સુરએ નહલ આ નં ૬૭ થી ૬૯)

અને તેવા મધની નહેરો છે જે ચોખ્ખુ કરાયેલુ છે. અને તેમના માટે તેમાં પ્રત્યેક પ્રકારનાં ફળો છે. (સુરએ મુહમ્મદ આ નં ૧૫)

અય ગૈબ કહી આપનાર (નબી) ! તમે પોતાની ઉપર શા માટે હરામ કરી લો છો તે વસ્તુ જે અલ્લાહે તમારા માટે હલાલ કરી ? પોતાની બીબીઓની ખુશી ઈચ્છો છો. અને અલ્લાહ માફ કરનાર મહેરબાન છે. (સુરએ તહરીમ આ નં ૧)

અલ્લાહ તઆલાએ મધને મહત્તા આપી છે. આ મુબારક સુરતમાં આ પ્રકરણમાં એક મનોહર દ્રશ્યનુ બયાન કરે છે. ઉમ્મહાતુલ મુઅ્મીનીન રદિયલ્લાહુ અન્હુમે બીજી સ્ત્રીઓની જેમ આપસની તકરારમાં સરકારને લિપ્ત કરવાના પ્રયત્નો કર્યા જેનું વર્ણન સહીહ બુખારી શરીફમાં આ રીતે આવે છે.

ઉમ્મુલ મુઅ્મીનીન હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને હલવો અને મધ ખૂબ પસંદ હતા. તેમનો રિવાજ હતો કે જ્યારે તેઓ અસર થી નિવૃત્ત થતા તો તેઓ અજ્વાઝે મુતહહરાત પાસે જતા. તેમાથી કોઈ એકની સાથે આનંદ પણ કરતા. એક દિવસે તેઓ હફસા રદિયલ્લાહુ અન્હા બિન્તે ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુને ત્યાં રોજના રિવાજ મુજબ મુકામ કર્યો. વધુ વાર કરી, મેં તપાસ કરાવી તો જાણવા મળ્યું કે આ કૌમની કોઈ સ્ત્રીએ તેમને મધની એક કુપ્પી ભેટ આપી હતી. તેણીએ હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને તેમાથી શરબત પીવડાવીને વધારે વાર રોકી રાખ્યા. મેં તેના પર સોગંધ લીધા કે હુ તેનાં તોડની યોજના બનાવીશ મે આ વિશે સૌદહ રદિયલ્લાહુ અન્હા બિન્તે ઝમઅહ થી કહ્યુ કે જ્યારે તેઓ તમારી પાસે આવે ત્યારે કહેવું કે આપે મુગાફીર ખાધુ છે. (મુગાફીર એક દુર્ગંધ વાળો ગુંદ હતો જો કે અરફતના જંગલો થી પ્રાપ્ત થયેલ હતો) હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ દુર્ગંધને ખૂબ નાપંસદ કરતા હતા. એ માટે તેઓએ નાપસંદ વસ્તુનો ઉલ્લેખ નફરત કરાવવા માટે કર્યો.) તેઓ કહેશેકે "ના" પછી કહેવું કે તો પછી આ બદબૂ આવી રહી છે. તેઓ કહેશે મેં તો હઝરત હફસા રદિયલ્લાહુ અન્હાને ત્યાં કેવળ મધનું શરબત જ પીધુ છે. ત્યારે કહેવું કે એવું લાગે છે કે મધની માખી અરફતના ઝાડ થી રસ ચુસીને આવી હશે. અને હું પણ એવું જ કહીશ પછી સફીયાહ રદિયલ્લાહુ અન્હા તરફ ફરી કહયું. તે પણ યોજના પ્રમાણે કહે. આ વાતચીત ચાલતી હતી તેવામાં અચાનક હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તશરીફ લઇ આવ્યા. તે સમયે મારૂં મન ઇચ્છતું હતું કે યોજનાની જાણકારી આપી દઉં. પરંતુ એટલામાં તેઓ સૌદહ રદિયલ્લાહુ અન્હાની પાસે આવી ગયા. તેણીએ કહયું યા રસૂલુલ્લાહ ! (સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ) શું આપ મુગાફીર

ખાઇને આવ્યા છો ? તેઓએ કહયું "નહી" પછી તેણીએ કહયું કે તો આપના મુખમાંથી બદબૂ કેવી આવી રહી છે. તેઓએ કહયું કે મે તો કેવળ હફસા રદિયલ્લાહુ અન્હાને ત્યાં મધ પીધું છે. પછી તેણીએ કહયું શકય છે માખી અરફતના ઝાડથી રસ ચૂસીને આવી હોય. તે પછી તેઓ મારા તરફ ફર્યાં મેં પણ આ રીતે કહયું. તે પછી તેઓએ સફીયાહ રદિયલ્લાહુ અન્હા તરફ ધ્યાન આપ્યું તેઓએ પણ તે પ્રમાણે કહયું.

બીજા દિવસે જયારે તેઓ હફસા રદિયલ્લાહુ અન્હુના ઘેર ગયા. અને તેમનાથી મધ પીવા માટે પૂછયું તો તેઓએ કહયું કે મારી ઇચ્છા નથી. આના પર હઝરત સૌદહ રદિયલ્લાહુ અન્હાએ કહયું કે અલ્લાહની કસમ ! અમે તેને હરામ કરી દીધું. મેં તેમને કહયું કે ચૂપ રહો.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે જયારે પોતાના માટે મધ હરામ કરી લીધું ત્યારે અલ્લાહ તઆલાએ સૂરએ તહરીમ ઉતારી અને ફરમાવ્યું કે બીબીઓની ઇચ્છા પૂરી કરવા માટે આપે જે ચીઝ હલાલ છે. તે પોતાના ઉપર હરામ ન કરે.

તમામ બનાવ એ બતાવે છે કે અલ્લાહ તઆલાએ મધને કેવી મહત્તા આપી છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના મધ વિશે ઇરશાદાત

હઝરત અબ્દુલ્લાહ ઇબ્ને અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે રસૂલુલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ચાર પ્રકારના કીડી-મકોડાને મારવાની મનાઇ ફરમાવી છે. કીડી, મધમાખી, હુદહુદ અને ચીડી મમોલા (એક નાનુ પક્ષી કે જેના પેટ પર કાળી લીટીઓ હોય છે.)

કીડી, હુદહુદ અને ચીડી મમોલા જો કે વૃક્ષને નુકશાન કરનારા કીડાઓને ખાય છે. એ માટે તેને મારવા લોકોનું પોતાનું નુકશાન છે. અને આ જ હકીકત મધમાખી વિશે છે. (અબૂ દાઉદ)

હઝરત અબૂ સઇદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છે કે એક વ્યક્તિ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં હાજર થયો અને બયાન કર્યું કે તેના ભાઇને અતિસાર (પાતળા ઝાડા) થઇ રહયા છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું તેને મધ પીવડાવો. પછી તે ફરી વાર આવી કહેવા લાગ્યો મધ પીવડાવવાથી ઝાડામાં વધારો થઇ ગયો. ફરી ફરમાવ્યું મધ પીવડાવો. ફરી આવી બયાન કર્યું. આ રીતે ત્રણ વાર બયાન કર્યું. ચોથી વાર ફરમાવ્યું તેને મધ પીવડાવો કેમકે અલ્લાહ તઆલાએ સાચું કહયું છે. અને તમારા ભાઇનુ પેટ જુઠ કહે છે. એણે ફરી વાર મધ પીવડાવ્યું તો દર્દી તંદુરસ્ત થઇ ગયો. (બુખારી, મુસ્લિમ)

આ દર્દમાં ઉત્તમ રીત એ છે કે પહેલા આંતરડાઓને સારાં કરવામાં આવે, પછી તેમાં રહેલા જંતુઓનો નાશ કરવામાં આવે. આ ખૂબી મધમાં હતી તે આ બન્ને કામ કરી શકે છે.

પાણીમાં ભેળવીને મધ આપવાનો મતલબ એ છે કે દર્દીને મીઠા (નમક)ની સંપૂર્ણ જરૂરીયાતની સાથે શક્તિ આપનાર તત્વો પણ પ્રાપ્ત થાય. આ રીતે તે સાચી રીતે તંદુરસ્ત થશે પરંતુ તે પછી કોઇ મુશ્કેલી અથવા કમજોરી થશે નહી.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું જે શખ્સ દર મહીને ઓછામાં ઓછા ત્રણ દિવસ સવારે મધ ચાટી લે તેને તે મહિનામાં કોઇ બીમારી થશે નહી. (ઇબ્ને માજા, બહેકી)

આ અમારો જાત અનુભવ છે કે હમેશા મધ પીવાવાળાને દિલ, ગુર્દા, અને પેટની કોઇ બીમારી થતી નથી.

હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી બે મહત્વના ઇરશાદ કથિત છે.

પીવાવાળી ચીઝોમાં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને મધ સૌથી વધુ પંસંદ હતુ. (બુખારી)

તેઓએ આખી જિંદગી દરરોજ મધ પીધું, અને હંમેશા તંદુરસ્ત રહયા.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને હલવો (મિઠાસ) અને મધ વધુ પસંદ હતું. (બુખારી)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન સઊદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું તમારા માટે તંદુરસ્તી (શિફા) માટે બે સ્ત્રોત છે. મધ અને કુર્આન. (ઇબ્ને માજા)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને એ કહેતા સાંભળ્યા કે તમારી દવાઓમાંથી કોઇ ચીજમાં ભલાઇની જો કોઇ બુનિયાદ છે તો પછને લગાવવા અને મધ પીવામાં છે. (બુખારી, મુસ્લિમ)

મસ્નદે અહમદમાં આ હદીસમાં અસલ (મધનું પાણી) પછી નીચે પ્રમાણે વધુ છે. "આગથી બાળવું પણ દર્દ પ્રમાણે છે. પરંતુ આગથી બાળવાનું પસંદ કરતો નથી."

હઝરત આઇશા સિદીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી રિવાયત છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. ખાસિરા (ગુર્દાનો મધ્ય ભાગ) **(PELVIS)** ગુર્દાનો એક મહત્વનો ભાગ છે. જયારે તેમાં બળતરા થઇ જાય ત્યારે ગુર્દાવાળાને ખૂબ જ કષ્ટ થાય છે. તેનો ઉપાય ઉકાળેલ પાણી અને મધથી કરવામાં આવે.

(અબૂ દાઉદ, અબૂ નઇમ વિગેરે)

સહાબાએ કિરામ રદિયલ્લાહુ અન્હુમ સુન્નતની પૈરવી કરતા ઉકાળેલા પાણીના બદલે હંમેશા વરસાદના પાણીનો ઉપયોગ કરતા હતા.

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી એક રિવાયત ના સ્પષ્ટીકરણમાં આ શબ્દોમાં મળે છે. જે તેમણે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ થી બયાન કરેલ છે.

પોતાની હલાલની કમાઈ ના દિરહમ (પૈસાથી) થી મધ ખરીદી તેને વરસાદના પાણીમાં મેળવીને પીવું લગભગ તમામ બીમારીઓનો ઈલાજ છે. (મસ્નદે ફિરદોસ)

હઝરત ખશરમ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન હિસાન મિન આમિર બિન માલિક બયાન કરે છે કે હુ બીમાર થયો. તો નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ની પવિત્ર ખિદમતમાં હાજર થયો જેથી તેઓ મને દવા અને દુઆથી ફૈઝ પહોંચાડે. તેઓએ જવાબમાં મધની બાટલી રવાના કરી. (મસ્નદે આમિર બિન માલિક ઈબને અસાકર વિગેરે)

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે. તમારામાંથી કોઈ બીમાર હોય તો પોતાની બીવીથી ત્રણ દિરહમ અથવા તેનાથી કોઈ ઓછાનું મધ ખરીદી લાવે પછી તેમાં આસમાન (વરસાદ) નું પાણી મેળવી ચોખ્ખા હૃદયથી પીવે મુબારક પણ છે અને તંદુરસ્તીનું કારણ પણ છે. (ઈબ્ને અલ્મુન્ઝર ઈબ્ને અબી હાતિમ વિગેરે)

હમીદ બિન ઝન્જવીયા-સ્યુતી અને રઝીને હઝરત અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન ઉમરનો એક દિલચસ્પ અમલ તેમના ગુલામ નાફેઅ રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી બયાન કર્યો છે.

તેઓ જ્યારે પણ બીમાર થતા અથવા તેમને જખમ થતો તરતજ ઈલાજ કરતા જોકે જો કોઈ ફુણસી (ફોલ્લી) પણ નીકળતી ત્યારે તેના

પર મધ લગાડતા હતા. અમે એક દિવસે આશ્ચર્ય સાથે કહયું કે આપ ફુણસી પર મધ લગાડો છો. ફરમાવ્યું શું અલ્લાહ તઆલા એ નથી કહ્યું કે એમાં લોકો માટે તંદુરસ્તી છે:

મસ્નદે અહમદ બિન હમ્બલ રદિયલ્લાહુ અન્હુમાં થોડી રિવાયતો આ કાર્ય ની છે કે શરીરની અશક્તિ થકાવટ અને જુદા જુદા દર્દો માટે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કયારેક શરબત, કયારેક દૂધ માં મધ મેળવીને પીધું અને લોકોને પણ તેની તાકીદ કરી.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ઇબ્ને અબ્બાસ રિવાયત કરે છે કે અમે અત્યાર સુધી ફાલૂદા વિશે સાંભળ્યું ન હતું કે એક દિવસે હઝરત જિબ્રઈલ અલયહિસ્સલામ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની પાસે આવ્યા અને ફરમાવ્યું કે આપની ઉમ્મત ઘણા પ્રદેશો જીતશે અને ઘણો વધારે માલ અને દૌલત મેળવશે અને તેઓ ફાલૂદો ખાશે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પુછયું. આ ફાલૂદો શું હોય છે. તેમણે ફરમાવ્યું કે ઘી અને મધને મેળવીને બનાવે છે. તેના પર આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ રડવાનો અવાજ કાઢી રડ્યા. (ઇબ્ને માજા)

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન અબ્દુલ્લાહ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની પાસે ભેટમાં મધ આવ્યું. તેઓએ અમને થોડું ચાટવા માટે આપ્યું મેં મારો હિસ્સો ચાટીને વધુ માટે અરજ કરી. તેઓએ અરજ કબૂલ કરી.

સહબાએ કિરામ રદિયલ્લાહુ અન્હુમ તેમજ ઉમ્મહાતુલ મોઅ્મીનીનને પણ મધ ખૂબ જ પસંદ હતું.

મુહદ્દિસીન (હદીસ વેત્તાઓ)ના અનુભવો અને નીરીક્ષણ

જનાબ અવફ બિન માલીક અલ્અશઈ રહમતુલ્લાહ અલયહિ જયારે બીમાર પડયા ત્યારે પોતાના પુત્રથી કહયું કે તે કોઇના ઘેરથી વરસાદનું સંગ્રહેલું પાણી માંગી લાવે. તેનો હેતૂ પૂછયો ત્યારે ફરમાવ્યું અલ્લાહ તઆલાએ ફરમાવ્યું છે "અમે આસમાનથી એક બરકતવાળું પાણી ઉતાર્યું છે." પછી ફરમાવ્યું મધ લાવો. અને તેના સ્પષ્ટીકરણમાં ફરમાવ્યું છે કે કુર્આને કરીમમાં તેની મહત્તાની સનદ આ પ્રમાણે આપી છે. "આમાં લોકોને માટે બીમારીઓની શિફા છે." આના પછી ઝૈતૂનનુ તેલ માંગ્યું અને તેનું કારણ એ બતાવ્યું કે કુર્આન મજીદમાં તેને કેટલી મહત્તા આપી છે. આ ઝૈતૂનના મુબારક વૃક્ષમાંથી છે. તેઓએ આ ત્રણેય વસ્તુઓને સાથે ભેળવીને પી ગયા બે ત્રણ દિવસમાંજ તંદુરસ્ત થઇ ગયા.

અબુલ આસ અહમદ બિન અલી અબીદી મુકરીઝી રહમતુલ્લાહ અલયહિ હંમેશા મધનો સુરમો લગાવ્યા કરતા હતા.

ઇબ્ને કસીર રહમતુલ્લાહ અલયહિ હઝરત અલી કર્રમલ્લાહુ વજહહુનો એક નુસ્ખો બયાન કરેલ છે. તે દર્દીઓને માર્ગદર્શન આપે છે કે કુર્આને મજીદની કોઇ આયત કાગળ પર લખી તેને વરસાદના પાણીથી ધોઈને એ પાણીમાં મધ મેળવી પી લેવાથી તંદુરસ્ત થઇ જશે.

જામેઉલ ઉસૂલમાં હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુનો નુસ્ખો બતાવે છે કે કુર્આન મજીદની કોઇપણ આયત લખી તેના પર મધ લગાડવામાં આવે પછી તેને ચાટી લે તંદુરસ્ત થઇ જશે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કુર્આન કરીમ અને મધને તંદુરસ્તીનો સ્ત્રોત ગણેલ છે. આ બન્ને બુઝુર્ગોએ કુર્આને મજીદની ખૂબીથી તંદુરસ્તી ફાયદો ઉઠાવવા માટે તેની સાથે મધને સામેલ કરી લીધું. કેમકે તંદુરસ્તીનું પ્રગટીકરણ પણ કુર્આન મજીદે કર્યું છે. અને તેઓ પોતે પોતાની વિશેષતા આ રીતે પ્રગટ કરે છે. તેમાં તંદુરસ્તી સિવાય બીજું કાંઇ નથી. પરંતુ યકીન કરવાવાળા માટે મધ એક ખૂબ જ ઉમદા દવા અને ઉમદા ટોનિક છે. કેમકે તે શારીરિક શક્તિની સફાઇ કરે છે. તે શરીરને શક્તિ આપનાર છે. હોજરીને શક્તિ આપે છે. ભૂખ વધારે છે. ઘરડાઓને શક્તિ અને કફ બહાર કાઢનાર છે. દિવાનગીમાં પણ ફાયદાકારક છે. આ દવાને ઓગાળીને તેની અસરો વધારવા માટે શ્રેષ્ઠ સાધન છે. જો તાજા માંસને મધમાં ડુબાડી રાખવામા આવે તો ત્રણ માસ સુધી બગડવા દેતું નથી. આ રીતે શાકભાજી પણ સુરક્ષિત રાખે છે. આ માટે ઉલ્માઓએ તેને અલહાફિઝુલ અમીનનો લકબ આપેલ છે.

જો મધને શરીર પર લગાડવામાં આવે તો આ એક મહાન નેઅમત છે. જૂને મારી દે છે. વાળ મુલાયમ (નાજુક) અને લાંબા કરે છે. તેનો સુરમો આંખને રોશન કરે છે. તેનું મંજન દાંતોને ચમકાવે છે. અને મસોડા (પેઢા) નું રક્ષણ કરે છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે જયારે મધ વિશે આ ઈરશાદ ફરમાવ્યો કે આ હુકમની દલીલ કરે છે કે એક રૂહાની દર્દો માટે બીજા શારીરિક માટે એક સરખી રીતે ફાયદા કારક જ નહી બલ્કે બન્ને પ્રકારમાં તંદુરસ્તીનું રક્ષણ કરે છે મધને જો ખોરાક ગણવામાં આવે તો તે સંપૂર્ણ ખોરાક છે. જો તેને પીવાની વસ્તુ ગણવામાં આવે તો આનંદ આપનાર અને શક્તિ આપનાર છે. અને તૃષામાં સાંત્વના આપનાર છે. શરીરમાંથી પીત્તને દૂર કરે છે. મુહદ્દિસીને (હદીસ વેત્તા) સિરકાને

તેના નુકશાનને દૂર કરનાર ગણેલ છે. તેને સવારમાં નરણા કોઠે ખાવું અથવા પીવું હોજરીની તમામ પ્રકારની ગંદકી થી પાક કરી દે છે. જિગર અને ગુર્દા અને પેશાબની થેલીથી અનિચ્છિત વસ્તુઓને દૂર કરે છે. મુહદ્દિસ અબ્દુલ લતીફ બગદાદી રહમતુલ્લાહ અલયહિ કહે છે કે ઘણી ખરી બીમારીઓમાં બીજી વસ્તુઓથી મધ ઉત્તમ એ માટે છેકે એ શરીરનીં ગંદકીઓમાં ભળી જઈ તેને નીકાળે છે. અને શરીરને ધોઈને સાફ કરી દે છે. અને અરબના તબીબોએ એ માટે તેને ફઝીલત પણ આપી છેકે રસુલુલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ સવારે નરણા કોઠે પાણીમાં મધને મેળવીને ઘોળીને તેના પ્યાલાને પીધા કરતા હતા.

આ અમલ ને સામે રાખવામાં આવે તો આપણું ધ્યાન તેમની તંદુરસ્તી કાયમ રાખવાના કાર્ય ની તરફ ધ્યાન ખેંચાય છે. તે કારણે કે તેઓ મધ સિવાય બીજુ ઓછું ખાતા હતા. ખજૂર અને દ્રાક્ષનું પાણી પીતા હતા. તેલ પીતા હતા. સુરમો લગાડતા હતા. પગપાળા ચાલતા હતા. અને ગંદા ખોરાક અને ચિકાશ થી અધિક રીતે પરહેઝ કરતા હતા.

ઈબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ બયાન કરે છેકે મધ એકલી એવી વસ્તુ છે કે જે દવા અને ખોરાક હોવા છતાં કોઈ પણ નુસ્ખામાં સામેલ કરી શકાય છે.

જ્યારે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે એ નક્કી કર્યું કે કુર્આને કરીમ અને મધમાં તંદુરસ્તી (શિફા) છે. ત્યારે તેમાં તેના ફાયદાની મોજૂદગી એક ભરોસા પાત્ર છે. જો કોઈનો ઈલાજ કુર્આન કરીમથી કરવામાં આવે તો તેમાં શિફા (તંદુરસ્તી) પ્રાપ્ત કરવા પર ઈમાન અને યકીન હોવું જરૂરી છે. કેમકે કુર્આન કરીમ પોતાની સફાઈ અને ખૂબીઓ માટે મોમિનોની ખૂબીઓ ગણી છે. જો કોઈને તેનાથી શિફા ન થતી હોયતો તેનો મતલબ એ છે કે તેના પર પોતે યકીન રાખતો નથી. હઝરત અબુ

હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું છે કે આજ વિષય પર ઇબ્ને કાનેઅ રિજાઅ લગન્વી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ પણ હદીસ બયાન કરી છે.

આ બન્ને રિવાયતોમાં કુર્આને કરીમથી શિફા પ્રાપ્ત કરવાની રીત બયાન કરી પછી સ્પષ્ટ કરેલ છેકે જે કોઈને કુર્આને કરીમથી પણ શિફા પ્રાપ્ત ન થઇ શકે ત્યારે તે સમજી લે તેને તંદુરસ્ત થવાનું તેના ભાગ્યમાં નથી.

ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ કુર્આન અને મધથી શિફાને ઈમાન અને યકીનની શર્તથી જોડી દે છે. કેમકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ નું ચિકિત્સા શાસ્ત્ર અલ્લાહની વહીથી પ્રગટ થયેલ છે. અને તે નુબૂવ્વતનો પ્રકાશ છે. જ્યારે કે બીજા ઈલાજો અનુમાન પર આધારિત છે. અહિ ભુલ થવાની કોઈ સંભાવના નથી જ્યારે કુર્આન કરીમે મધને શિફા હોવાની મહિતી આપી છે. અને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તેને જુદાજુદા પ્રકારમાં તસ્દીક (સમર્થન) કરેલ છે. ત્યારે તેના પર શક કરવો ઈમાન કમજોર હોવાની નિશાની છે.

બેશક મધ એક સંપૂર્ણ ખોરાક છે. તે શરીરના દુષિત પદાર્થો ને નિકાળવાના સિવાય ઝેરી અસરોથી બચાવે છે. ઝેરી અસર કરવાવાળી વસ્તુઓ ખાવાથી અથવા અફીણના નશાને ઉતારવાના માટે તેને (મધ) પાણીમાં ઘોળીને પીવડાવવું પુરતુ છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની મુબારક આદતથી એ સાબીત છે કે તેઓ તેને પાણીમાં ઘોળીને પીતા હતા. તેઓએ હંમેશા ખાલી પેટે અથવા નરણા કોઠે તેનો ઉપયોગ કર્યો છે. આ મુબારક આદતમાં હિકમત એ હતીકે મધ તુરત જ મળી જઈને હોજરીની ગંદકીને દૂર કરીને તથા હોજરીના ઝુકાવને સાફ કરે છે. અને શરીરને ઘણા દર્દોથી સુરક્ષિત રાખે છે.

જેણે મહિનામાં ત્રણ દિવસ પણ મધ ચાટી લીધું તો તે એ માસમાં મોટી બીમારીમાં સપડાશે નહિ.

તેમની મધ પીવાની મુબારક આદતને કારણે મુબારક જિંદગીનું નિરીક્ષણ કરવાથી સાબિત થયું છેકે તેઓ કયારેય એક દિવસ માટે ન તો બીમાર થયા છે. ન કોઈ પ્રવાસ અથવા જંગ દરમ્યાન પોતાની કમજોરી અથવા થાક પ્રગટ કર્યો છે. તેઓ એ દરરોજ મધ પી એ સ્પષ્ટ કરી દીધું છે. કોઈ આદતને ગ્રહણ કરી લે તો તે પછી તે સામાન્ય રીતે તંદુરસ્ત જ રહેશે.

પ્રાચીન હકીમોના નિરીક્ષણ અને અનુભવો

પ્રાચીન હકીમોના મત પ્રમાણે મધ પુડામાંથી જે મધ જાતે ટપકતુ હોયતે સૌથી શ્રેષ્ટ મધ છે.

મધનું પાણી (માઅ અસલ):- મધનું પાણી બનાવવાની રીત આ છે.

મધને તેનાથી બે ગણા પાણીમાં ભેળવી ત્યાં સુધી ઉકાળે કે તેનો એક ભાગ બળી જાય. ઉકળતા સમયે જે મધના પાણી પર ફીણ વળે તે કાઢતો જાય. પછી તેને આગ પર થી ઉતારી લે. તેજ મધનું પાણી છે. આ પાણી બનાવવામાં પાણીના બદલે અર્કમાં ઉકાળવામાં આવે તો ઉત્તમ છે. (બૈદ મુશ્ક (એક જાતની દવા છે.), ગુલાબ, વરીયાળી, અથવા કેવડાના અર્કનો ઉપયોગ કરી શકાય છે.) કફજન્ય શરીરવાળા માટે કબજિયાત પૈદા કરનાર છે.

મધ કફને કાઢનાર છે. મળની ગાંઠને ખોલે છે. લાંબા સમય સુધી મધનું સેવન કરવાથી જળોદર, કમળો, બરોળનો, સોજો, લકવો ઝેરની અસરો માથા અને છાતીના દર્દોમાં ફાયદાકારક છે. તરસ છીપાવે છે. પથરી ને કાઢે છે. જઠર તથા આંખોને શક્તિ આપે છે.

મધ ખાવાથી સ્ત્રીઓની હૈઝની આડવાડ દૂર કરે છે ધાવણમાં વધારો કરે છે. જઠરને શક્તિ આપે છે. પેશાબની થેલીમાંથી પથરીને તોડીને બહાર કાઢે છે.

મધ ખાવાથી પેશાબ, દુધ અને હૈઝમાં વધારો થાય છે. જિગરને તાકાત પ્રાપ્ત થાય છે.

કેટલાક હકીમોનું કહેવુ છેકે જો કોઈ સ્ત્રી નરણા કોઠે મધ પીએ અને તેના પછી પેટમાં દર્દ પૈદા થાય તો તે સ્ત્રી ગર્ભવતી છે. પેટ વધી જાય એટલે કે જલંદરની બિમારીમાં મધ અદ્વિતીય દવા છે. વીસ ગ્રામ મધમાં ત્રણ ગણું પાણી મેળવી કેટલાક દિવસો પીવાથી પેટમાંથી પાણી નીકળી જાય છે.

મધનો ઉપયોગ વીસ થી પચાસ ગ્રામ સુધી કરવો જોઈએ. ઉત્તમ મધ જે દવાના ઉપયોગ માટે લેવામાં આવે છે તેના ગુણ કે ખૂબીઓ નીચે પ્રમાણે હોવી જોઈએ

(૧) ઉત્તમ અને સુગંધ દાર હોવું જોઈએ.

(૨) પાક ફુલોથી મેળવેલ હોય તો વધુ ઉત્તમ છે.

(૩) તેમાં ચિકાશ અને મિઠાશ હોવી જોઈએ.

(૪) સ્વાદમાં કડવાશ ન હોવી જોઈએ.

(૫) શુધ્ધ મધમાં સાધારણ લાલાશ હોય.

(૬) મીણનો ભાગ ન હોય અશુધ્ધતા અને ઘનતા ન હોય. બીજા ક્રમે સફેદ મધ આવે છે.

મધની શુધ્ધતાની ચકાસણી

(૧) પાણી ભરેલા કાચના વાસણમાં મધનું ટીપું નાખવામાં આવે અને તે જેમનું તેમ તળીયે પહોંચી જાયતો તે શુધ્ધ મધ છે. જો તે પાણીમાં ફેલાઈ જાય તો આવુ મધ ભેળસેળ વાળુ છે. એટલે કે અશુધ્ધ અને દૂષિત છે.

(૨) મધનાં પરખની ઘણી રીતો છે. એક અંગ્રેજી પત્રીકામાં સૌથી શ્રેષ્ઠ રીત એ બતાવી છે કે મધના ડબાને કાણું કરી મધના ડબાને એક પ્લેટ અથવા રકાબીમાં ઊંધો કરવામાં આવે તો શુધ્ધ મધ ધીમે ધીમે નીકળશે અને પ્લેટમાં સાંપના જેવી કુંડલીના આકારમાં એકઠું થતુ રહેશે. જો ભેળસેળ વાળુ મધ હશે તો આમ બનશે નહિ.

(૩) જમીન પર થોડુ મધ નાંખી અને દિવાસળીથી સળગાવો જો તુરત જ સળગવા લાગે તો શુધ્ધ મધ છે. અને થોડી વાર પછી બળવા લાગે તો અશુધ્ધ છે.

(૪) મધને રૂમાં પલાળી બાળવામાં આવે તો અસલી મધ સંપૂર્ણ બળી જાય છે. જો નકલી હોય તો કોયલો બાકી રહે છે.

ગરમ પ્રકૃતિ વાળાને મધ ફાયદા કારક હોય તેવું સાબિત થતુ નથી આવી વ્યક્તિને વધારે પ્રમાણમાં મધ આપવામાં આવે તો સુકાઈ જાય છે. અને ચહેરા પર પીળાશ આવી જાય છે.

તિબ્બી ઉપયોગ

મધ સરળતા થી હજમ થનાર ખોરાક છે. તેને હજમ થવામાં કેવળ પાંચ મિનીટ જ લાગે છે. મધ દુષણો થી પાક છે અને તેને હજમ કરવાના કાર્યની જરૂરત જ પડતી નથી અને તેનો અંશ લોહીમાં ભળી જઈ લોહીજ બની જાય છે. ખાંસી સળેખમ માટે પણ મધને અજમાવવામાં આવેલ છે. તે ફાયદા કારક છે.

કબજીયાત વાળા દર્દીને પાણી થોડું ગરમ કરી તેમાં એક ચમચો ઘઉંનું ભૂસૂ નાખી દે પછી પાણી ઠંડુ થાય ત્યારે મધ મેળવી પીવડાવી દે કબજીયાત દૂર થઈ જશે.

મશ્હુર હકીમ બુ અલી સીના લખે છેકે વજ માં મધ મેળવી સવારે અને સાંજે ચટાવવું લકવાનો ઉપાય છે.

દાંતો માટે મધ એક ઉત્તમ ટોનિક છે. તેને સિરકાની સાથે મેળવીને દાંતો પર ઘસવું દાંત અને મસોડાના સોજા ને દૂર કરી દાંતોને ચમકદાર બનાવે છે. ગરમ પાણીમાં મધ સિરકાની સાથે મીઠું (નમક) મેળવી કોગળા કરવાથી મસોડા (પેઢા)નો સોજો જતો રહે છે.

ગુલાબના અર્કમાં મધ મેળવી વાળમાં લગાડવાથી જૂઓ મરી જાય છે. અને વાળ મુલાયમ અને ચમકદાર થઈ જાય છે. મધ દરેક વયના મનુષ્ય માટે ઉપયોગી છે. પરંતુ બાળકો વૃધ્ધો અને કમજોર વ્યક્તિ માટે અકસીર હુકમના સ્થાને છે. તેને દૂધમાં મેળવીને ઉપયોગ કરે તો તે શક્તિ આપનાર ખોરાકનું કામ કરે છે.

જે શખ્સ શારીરિક રીતે અથવા દિમાગી મહેનતથી પરેશાન થઈ ગયો હોય તો તે મોટા ચમચા જેટલુ મધ પાણીના ગ્લાસમાં નાખી પી લે. તુર્તજ તાજો થઈ જશે ઉત્તમ એ છે કે ગરમીની ઋતુમાં ઠંડુ અને શરદીની ઋતુમાં ગરમ પાણીનો ઉપયોગ કરે.

એ દાવો કરવામાં આવે છે કે એનીમીયા માં મધ ચોક્કસ લાભ કારક છે. આ રોગમાં લોહીની કમીના કારણે શરીર પીળુ પડી જાય છે. અને લોહીમાં કેલશીયમની કમી થઈ જાય છે. મધ દ્વારા તેની કમી દૂર કરી શકાય છે.

આધુનિક અનુભવો મધ એક સંપૂર્ણ ખોરાક અને ભરોસા પ્રાત્ર દવા છે. તેનો કોઈ પણ રોગમાં ઉપયોગ કરવાથી કોઈ નુકશાન થતુ નથી.

ડાયાબિટીસ ના દર્દીઓને મિઠાશ ની મનાઈ હોય છે. મધ મીઠું છે. પરંતુ તેમ છતાં સુગરની બીમારીમાં નુકશાનકારક નથી કેમકે તેમાં ગ્લુકોઝ અને ચીની (ખાંડ) નથી હોતી અને જો હોય તો પણ તેની સાથે માખી ઓના મોંમાથી નીકળવા વાળા તત્વ સામેલ હોય છે. એટલે તે શરીરમાં જઈને ખરાબીનું કારણ બનતુ નથી. (એક પાકીસ્તાની એ આના રોગી ને ખાવા માટે એક લીટર આપ્યું જેમાં મિઠાશ ન હતી જેથી તેની બીમારી કાબૂમાં રહે રોગીએ ડૉક્ટરને પૂછયું તે મિઠાશમાં

સાકરને બદલે મધ નાખે તો કેવું ? ડૉકટરે તેની મના કરી. તે પછી તેણે બતાવ્યુંકે તે રોજ મોટો ચમચો ભરેલ મધ પીએ છે. તેમ છતાં તેના પેશાબ તથા લોહીમાં સાકરની માત્રા વધી શકી નથી ડૉકટરને તેણે બતાવ્યું કે કુર્આને મધને શિફા (તંદુરસ્ત) બતાવેલ છે. જેથી નુકશાનનો પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થતો નથી.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનાં ઈલાજનો સિધ્ધાંત એ છે કે તેમાં કેટલીક દવાઓને કોઈ પણ મિલાવટ વિના નરણા કોઠે દેવાનું પસંદ કરતા હતા. તેઓ જાતે સવારની નમાઝ સાથે અને અસરની નમાઝ પછી મધ પીતા હત્તા. આ રીતથી તેમને એટલો ભરોસો હતો કે સવારે મધ પીવા વાળાને ભયાનક બીમારી થી બચવાની ખુશખબરી સંભળાવી. આ સિધ્ધાંતનો શરીરની કમજોરી, સંગ્રહણી, આંતરડાની બળતરા અને હોજરીનાં અલ્સર માં ઉપયોગ કર્યો.

સત્તર દિવસના એક બાળકને અવારનવાર ઉલ્ટી થઈ રહી હતી. દવાખાના વાળાઓએ હોજરીના મોંની અડચણનું નિદાન કરી ઓપરેશન કરવા કહ્યું. આ બાળકને ઓપરેશનના પહેલા બે દિવસ અગાઉ ઉકાળેલા પાણીમાં મધ મેળવી પાંચ છ વાર થોડું થોડું પીવડાવ્યું તે ટુંક સમયમાં તંદુરસ્ત થઈ ગયો. ઓપરેશનની જરૂર ન પડી.

શરીરના રોગો

હોજરી અને આંતરડાનાં અલ્સરનો આધુનિક ઉપાય બે થી પાંચ વર્ષ સુધી કરવામાં આવે છે. એવી દવાનો પણ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. જેનાથી સ્નાયુઓની વ્યવસ્થા અને સ્મરણ શક્તિ કમજોરી થવાની અસરો પડે છે. ઈલાજના કારણે દર્દી મંદબુધ્ધિ વાળો અને સુસ્ત થઈ જાય છે. ધીમે ધીમે તે કેન્સરના દર્દમાં ફેરવાઈ જાય છે. રક્ત સ્ત્રાવ મોતનું કારણ બને છે.

આવા દર્દીઓને તિબ્બે નબવી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ની રોશનીમાં ઉઠતાં જ બે મોટા ચમચા મધનું શરબત, નાસ્તામાં જવનાં દલીયામાં મધ નાંખીને અસર ના સમયે મધનું શરબત આપવામાં આવ્યું. ઘણાઓ માટે આટલો ઈલાજ પૂરતો થઈ ગયો. જ્યાં કમજોરી અને તકલીફ વધારે હતી ત્યાં બિહીના (એકજાતનું સફરજન જેવું ફળ ફક્ત કાશ્મીરમાંજ થાય છે.) દાણાનો રસ નીકાળી તેમાં મધ મેળવી દરેક બે કલાક પછી ઘુંટો ઘુંટો પીવડાવવામાં આવ્યુ અલ્લાહના હુકમથી સફળતા મળી.

નરણા કોઠે મધ પીવાથી કબજીયાત દૂર થઈ જાય છે. ખાટા ઓડકાર આવવવાના દૂર થઈ જાય છે. જો પેટમાં હવા ભરાઈ જાય તો તે પણ નીકળી જાય છે.

કાળજા (યકૃત) અને પીળીયાના રોગો

યકૃત અને પીત્તની ખરાબીને કારણે કાળજા પર સોજો આવે છે. અને તેના કારણે પીળીયો થાય છે. દારૂ પીવાથી પણ યકૃત બગડે છે. કેટલાક લોકો ગંદા ઓજારોથી ટીકા લગાડવાથી પણ પીળીયાનો શિકાર બની જાય છે. આવા દર્દીને તંદુરસ્તી મળતા લગભગ ત્રણ માસ લાગે છે.

આવા દર્દીઓને ઉકાળેલ પાણી અથવા વરસાદના પાણીમાં મધ આપવામાં આવ્યું. મધની માત્રા બીમારીની સખ્તાઈ પ્રમાણે વધારે આપવામાં આવી દર્દીને એક અઠવાડીયામાં બે કીલો મધ પીવડાવવામાં આવ્યું અને તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

પ્રાચીન હકીમોએ અફીણ અને અને પોશના ડોડા અને ભાંગના નશાને દૂર કરવા માટે ગરમ પાણીમાં મધ ફાયદાકારક બતાવેલ છે.

ગુર્દાની બીમારી

હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાની રિવાયત પ્રમાણે આ દર્દમાં ઉકાળેલ પાણીની સાથે મધ આપવાનું ફરમાવ્યું છે. ગુર્દાની બળતરા સીધે સીધે થતી નથી સામાન્ય રીતે ગળાની ખરાબી અને કોઈ જગ્યાએ બળતરાના કારણે જંતુઓ ગુર્દા સુધી આવે છે. બળતરા સિવાય બીજી બીમારીઓ પેટની ખરાબી પાણીની કમી, પેશાબને રોકવું વિટામીનની કમી, પેશાબની નળીમાં બદચલનના કારણે શરીરની બીમારી અને પથરી થાય છે. દર્દીને ઉકાળેલ પાણીમાં મધ મેળવીને પીવડાવવાનો ઉપાય સૂચવ્યો તેનાથી ગુર્દાની બળતરામાં કમી થાય છે. દર્દીને દિવસમાં કેટલીયવાર પીવડાવવું જોઈએ.

દસ અખરોટ, મધ નવટાંક પણ ગુર્દાની બીમારીમાં ફાયદાકારક છે.

તાજી અખરોટ લઈ તેને છીલીને તેમાં મધ મેળવવું અને તેને કાચની બાટલીમાં બંધ કરી અનાજમાં દબાવી દેવું દોઢ માસ પછી નીકાળી લેવું દવા તૈયાર થઈ ગઈ તેની માત્રા દરરોજ તોલો જેટલી રહેશે

દમના રોગમાં મધ

ગળાથી લઈને ફેફસા સુધીની બળતરામાં ગરમ પાણીમાં મધ અકસીરનો હુકમ રાખે છે.

વૃધ્ધાવસ્થામાં ખાસ કરીને ત્રણ મસ્અલા હોય છે. શરીરની કમજોરી, ખાંસી અને કફ અને સાંધાનું દર્દ. આ ત્રણેય દર્દમાં મધના ઉપયોગ કરતા સરળતાથી મટી જાય છે.

ખાંસી અને ગળાની બળતરામાં જોકે મધના કોંગળા પણ ફાયદા કારક છે. પરંતુ તેને ગરમ ગરમ અને ઘુંટ ઘુંટ પીવામાં આવે તો ગળાની નળીઓના અંત સુધી અસરકારક બને છે. ઈન્ફ્લુએન્ઝામાં પણ સ્વાસ્થ્ય અર્પે છે પરંતુ તેમાં દસ દિવસ સુધી તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત થતી નથી તંદુરસ્તી મળ્યા પછી પણ ખૂબજ કમજોરી હોય છે. ખાટલા પરથી તે ઉઠી શકતો નથી. આવા દર્દીઓને માંદગી દરમ્યાન જ્યારે એક અથવા બે ચમચા મધ દિવસમાં ત્રણવાર અથવા ચારવાર પીવડાવવામાં આવ્યા તો માંદગી ત્રણ થી ચાર દિવસમાં પૂરી થઈ ગઈ અને બિલ્કુલ કમજોરી રહી નહિ.

દમના દર્દીઓની નળીઓમાં હવા બંધ થઈ જવાને કારણે શ્વાસ રુંધાય છે. તેને દૂર કરવા અને કફ નીકળવા માટે ગરમ પાણીમાં મધ ભેળવીને પીવું. તેના સિવાય કોઈ ઉત્તમ દવા નથી. દર્દીઓને બતાવવામાં આવ્યું કે રોગના હુમલાના વખતે ઉકળતુ પાણી લઈને તેમાં ચમચો મધ મેળવી અવારનવાર પીએ. ઘણા બધા દર્દીઓ પર રોગનો હુમલો આનાથી ખતમ થઈ ગયો.

ક્ષયના દર્દીઓ માટે બારગાહે રિસાલત થી ઝૈતુનનું તેલ અને કુસ્તની ભેટ પ્રાપ્ત છે. જો કુસ્તને ઝૈતુનના તેલ અને મધમાં મેળવી, માજુન (ચાટણ) બનાવવામાં આવે તો ફાયદામાં વધારો થાય છે. ક્ષયના દર્દીઓને એક ખાસ ઉપાયની જરૂરીયાત છે. તેની શક્તિમાં વધારો કરવો એ માટે દર્દીને ગરમ પાણીમાં બે મોટા ચમચા સવારે નરણા કોઠે અને અસરના સમયે આપવા જોઈએ તેની શક્તિમાં વધારો થાય છે. શ્વાસનળીના સોજામાં પણ ઉપયોગી છે.

શારીરિક શક્તિ અને મધ

કુર્આને મજીદમાં ફાયદા પ્રાપ્ત કરવા માટે એક મોટી વાત બતાવી છે.

"લ-કદ કાના લકુમ ફી રસુલિલ્લાહ ઉસ્વતુન હસનહ."

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની જિંદગીનું નિરીક્ષણ કરવાથી જાણવા મળે છે કે તેઓ દરરોજ સવારે શરબતનો પ્યાલો પીતા હતા. કયારેક અસરની નમાઝ પછી પણ લેતા હતા. તેની અસર એ થઈ કે તેઓ પોતાની પૂરી જિંદગીમાં ન તો બીમાર પડયા ન તેમણે થાક જાહેર કર્યો. આપની જિંદગીથી આ પાઠ (મધનું પીવું) ખાસ કરીને આપણા મસ્અલાનો ઉપાય છે.

એ ઐતિહાસિક હકીકત છે કે દુનિયાના મશ્હુર પહેલવાન હર્કયુલસ, રામમૂર્તિ તાકાત વધારવા માટે મધ પીતા હતા.

ઝૈતુનનુ તેલ અને મધ મેળવી તેમાં લીંબુનો અર્ક મેળવી પીવું ગુર્દાની પથરી માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. ખૂબ જ સખ્ત સળેખમમાં ગરમ પાણીમાં મધ મેળવી તેમાં લીંબુ નીચોવીને પીવું.

. શક્તિના મામલામાં મધ, ઇંડા, ગાજર અને ડુંગળી વિગેરે મેળવી ઉપયોગ કરવો ખૂબ જ તાકતમાં વધારો કરે છે.

મધ વિશે વધુ

(૧) ખાણું ખાધા પછી થોડી માત્રામાં મધ ચાટવું હજમ કરવામાં મદદરૂપ થાય છે.

(૨) પ્રાચીન સમયમાં લાશો પર મધ વિગેરે લગાડવામાં આવતું આ કૃત્યથી લાશો હજારો વર્ષ સુધી મૂળ સ્થિતિમાં કાયમ રહે છે.

(૩) જુનું મધ ચરબી ઓછી કરવા અને પેટના વધારાને ઘટાડવા અને જિગર પરના સોજાને દૂર કરવા માટેની દવા છે.

(૪) મધના ઉપયોગથી તાજુ ખૂન પૈદા થાય છે.

(૫) વધુ તરસ લાગતી હોય તેમાં મધનું પાણી પીવાથી તરસ દૂર થાય છે. અને હિચકી આવતી હોય તો તે પણ બંધ થઇ જાય છે.

(૬) બકરીના દૂધમાં મેળવી પીવાથી ખૂન સાફ કરે છે.

(૭) કેટલાક લોકો વિચારે છે કે મધ સૂકુ અને ગરમ છે તેમનો આ ખ્યાલ ખોટો છે. મધ ખાવાથી કોઇ નુકશાન થતું નથી.

(૮)એ પણ વિચાર કે ગરમીની મૌસમમાં તેનો ઉપયોગ ન કરવો જોઇએ તે પણ ખોટું છે. દરેક ઋતુમાં તેનો ઉપયોગ થઇ શકે છે.

(૯) મધની માત્રા બાળકો માટે ચાર માસા (માસા એટલે એક તોલાનો બારમો ભાગ) છોકરીઓ માટે આઠ માશા, ઔરતો માટે એક તોલો, દર્દીઓ અને વૃધ્ધો માટે સવા તોલો જરૂર પડે, ત્યારે ગરમ અથવા ઠંડા પાણીમાં મેળવી પીવડાવી દે.

(૧૦) બેહોશી અને કમજોરી અને હૃદય બેસી જવાના સમયે ગરમ પાણીમાં મેળવીને પીવડાવવામાં આવે.

(૧૧) અનિદ્રાની ફરીયાદ વાળાને રાત્રે સૂતી વખતે એક ચમચો મધ ઠંડા પાણીમાં મેળવી પીવડાવી દે ખૂબ ઉંઘ આવી જશે.

(૧૨) ઉત્તમ એ છે કે મધને ગરમ પાણીમાં મેળવી ધીરેધીરે દૂધની રીતે પીવુ જોઇએ.

(૧૩) મધને ખાલી પેટે ઉપયોગમાં લેવું જોઇએ

(૧૪) મધને વધારે પડતા ગરમ પાણીમાં મેળવી ઉપયોગમાં ન લેવું નુકશાન થવાનો ભય રહે છે. (નવશેકું પાણી જ ઉપયોગમાં લેવું)

(૧૫) પાણીમાં આઠમા ભાગ જેટલું મધ મેળવી પીવાથી શરીર પર ચઢેલી ચરબી ઓછી થઇ જાય છે અને જાડો માણસ પાતળો બની જાય છે.

(૧૬) ડુંગળીના રસમાં મેળવી આંખોમાં લગાડવાથી દર્દ દૂર થઇ જાય છે.

(૧૭) મધ ડાયાબીટીસ માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. એક ચમચો મધમાં ચાર રતી શિલાજીત સારી રીતે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ખાઇ લે.

(૧૮) છ તોલા મધ ચોખ્ખા પાણીમાં મેળવી ચાર માસા સર્દ ચીનીની સાથે ઉપયોગ કરવાથી પેશાબની રુકાવટ દૂર થઇ જાય છે.

(૧૯) શુધ્ધ મધ નવ ટાંક, અદરકનો રસ નવ ટાંક, ડુંગરીનો રસ દોઢ નવ ટાંક. તમામ વસ્તુઓ એકઠી કરી મેળવી લે. તેને બોટલમાં ભરી દે. બોટલ ચોથા ભાગની ખાલી રાખવી. ત્રણ દિવસ સુધી તેને પડ્યા રેહવા દે પછી તેનો ઉપયોગ કરે. લકવાના દર્દીને આ દવા છ માસાથી પીવાની શરૂ કરાવે અને સહન કરી શકે તેટલી માત્રા વધારતા જાય.

(૨૦) શુધ્ધ હિંગ સારી રીતે વાટીને મધમાં મેળવી લે. સળીથી સવાર સાંજ આંખોમાં લગાડે. મોતીયાની શરૂઆતમાં ઘણો ફાયદો કરે છે: રતાંધળાપણામાં (રાતે ન દેખાવું) પણ અકસીર છે.

(૨૧) રાત્રે સૂતી વખતે મધની ત્રણ ત્રણ સળીઓ બિસમિલ્લાહ પઢ્હી આંખોમાં નાંખે રતાંધળાપણાની ફરિયાદ દૂર થઇ જશે.

(૨૨) નરમલીના ફુલ નંગ ૫, મધ પાંચ ગ્રામ. નરમલીના ફુલ ઝીણા વાટીને મધમાં મેળવવું, આંખોમાં લગાવવું, તેનાથી કારણ વીના આંખો વહેતી બંધ થઇ જશે તેના સિવાય આંખની ઝાંખ, આંખ પર બાઝતું જાળું, ફૂલુ વિગેરે પણ મટી જાય છે.

(૨૩) ભૂનેલી (શેકેલી) ફટકડી એક તોલો, કાળા મરી ત્રણ ગ્રામ, ચોખ્ખુ મધ બે તોલા, સિરકો બે તોલા. પ્રથમ ફટકડી અને કાળા મરીને

લઈને સારી રીતે વાટી લઈ પાવડર બનાવી લો, પછી મધ અને સિરકો મેળવી લો, ત્યાર પછી પાવડર અને મધનું મિશ્રણ મેળવી ખૂબ હલાવી લે. પછી તેને સુરક્ષિત રાખી લો જરૂરિયાતના સમયે આંગળીનો મંજનની રીતે તેનો ઉપયોગ કરે તેનાથી દાંતનું હલવું, દાંતમાં કીડા પડવા, દાઢનું દર્દ, પાયોરીયા, દાંત પરનો મેલ વિગેરે દર્દમાં ખૂબ જ ઉપયોગી છે.

(૨૪) મધને સિરકામાં મેળવી કોગળા કરવા, તેનાથી દાંત અને ગોશ્ત પણ જામી જાય છે. જયારે બાળકને દાંત નીકળતો હોય તે એવા સમયે મધ અને ભૂનેલી ફટકડી મેળવી પેઢા પર ઘસવાથી દાંત આસાનીથી નીકળી આવે છે.

(૨૪) ગળામાં બળતરા અને ખરાબીના કારણે ગળુ બેસી જવું ગળાની તકલીફમાં ખાંસી પણ કારણ હોય છે. અને અવાજ બેસી જાય છે. મધ બે તોલા, પાણી પાસેરમાં (અર્ધગરમ) મેળવી તેના કોગળા કરવા ગળાનો સોજો તથા અવાજ બેસી જવામાં ફાયદાકારક છે.

(૨૫) મધ ૫ ગ્રામ અને તજ એક માસા મધમાં તજનો પાવડર મેળવી લે તે ચાટણ જેવું બની જશે દિવસમાં તે કેટલીક વખત ચાટીલે અવાજની ખરાબી દૂર થઈ જશે.

(૨૬) શકર (ખાંડ) સફેદ, બે તોલા અર્ક ગુલાબનો, નવટાંક રૈહાનનાં બીજ એક તોલો, ત્રણે વસ્તુ સારી રીતે મેળવી લો આ મેળવીને એક કલાક સુધી એક વાસણમાં મૂકી ને પાણીમાં મૂકી રાખે કે તેમાં પાણી પ્રવેશે નહિ પછી જરૂરત પ્રમાણે મધ મેળવી રાખી લો દિવસમાં બે વખત એક ચમચા જેટલું ઉપયોગમાં લો. જેનાથી દીલની ધડકન ગભરાહટ, દીલની પરેશાની ને શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે.

(૨૭) જાફરાન ૩ માસા, મુસ્તગી ૯ માસા, મધ છ તોલા. જાફરાન અને મુસ્તગી ને મેળવી વાટીલે તેના ઝીણા પાવડરને મધમાં ભેળવી દે. માજુન તૈયાર થઈ જશે. રોજ એક તોલા જેટલો ઉપયોગમાં લે તે પેટના દર્દ માટે અકસીર છે.

(૨૮) મધ અડધો કીલો, સિરકો અંગુરી ત્રણ છટાંક, બન્નેને મેળવી આગ પર પકવે જ્યારે ચાસણી જેવું તૈયાર થઈ જાય ઉતારી લે. (આંચ ધીમી રાખવી) એક તોલા પાણી સાથે વાપરે પેટની તમામ બીમારીઓ અને ખરાબીઓને દૂર કરે છે.

(૨૯) સૂકી ગળો એક તોલો, મધ એક તોલો, સૂકી ગળો પાણીમાં ઉકાળી લે અને સાફ કરી આ પાણીમાં મધને મેળવી દે જરૂરત પડે પીવડાવી દે ઉલ્ટી થતી રોકાઈ જશે.

(૩૦) ત્રણ અખરોટનો માવો, બે તોલા મધ. અખરોટના માવા ને ભુની લે અને મધની સાથે ત્રણ દિવસ લગાતાર ઉપયોગ કરે તેનાથી ગુર્દાના કારણે પૈદા થનાર ડાયાબિટીસ દૂર થઈ જશે. (અનુભવ કરેલ નુસ્ખો છે)

(૩૧) ચિલગોજાનો અંદરનો માવો એક તોલો, મધ બે તોલા. મધમાં ચિલગોજાનો માવો સારી રીતે મેળવી લે જેથી ચાસણી જેવો ઘાટો બની જાય. તેને ૬ માસા દિવસમાં ત્રણ વખત ઉપયોગ કરે નજલા, ઝુકામ જુની ખાંસીથી નજાત મળી જશે.

(૩૨) શકરટેટીના બીજ એક તોલો, વરીયાળીનો અર્ક બાર તોલા, મધ ૨ તોલા. મધમાં બન્ને વસ્તુને ઝીણી વાટીને મેળવી દે જેથી ચાસણી જેવું બની જશે બે તોલા દર્દીને ખવડાવે. શરીરમાંથી ગંદી અને નકામી વસ્તુઓને ફેફસાઓમાંથી ઉખાડી દૂર કરે છે. ખોરાક પચવામાં મદદ કરે છે. કફ નીકળતા દમના રોગમાં તંદુરસ્તી મળે છે.

(૩૩) ગાયનું દેશી ઘી એક તોલો, મધ બે તોલા. જ્યારે બવાસીર (માસ)માં બળતરા અને ખંજવાળ થાય ત્યારે મધમાં ઘી મેળવી આંગળીઓની મદદથી પોતાના મસા પર ધીરે ધીરે મસળે આ ક્રિયા બળતરા ઓછી થાય ત્યાં સુધી કરે ટુંકમાંજ મસા મટવા લાગશે.

(૩૪) કરંજના બીજ બે તોલા મધ પાંચ તોલા.

કરંજના બીજને ઝીણા વાટી લે. મધની સાથે કરંજના બીજનો પાવડર રોજ એક માસા જેટલો ઉપયોગ કરે દરેક દીવસે એક એક માસા માત્રા વધારતા જાય બારમા દિવસે બાર માસા તે પછી દરેક દિવસે એક એક માસા માત્રા ઘટાડતા જાય એ રીતે બાવીસમાં દિવસે પાછા એક માસા પર આવી જાય આ રીતે કરતા રહે આ દરેક પ્રકારના મસા માટે અકસીર દવા છે.

(૩૫) મધ બે તોલા, ગુલકંદ બે તોલા, દૂધ અડધો સેર.

મધમાં ગુલકંદ સારી રીતે મેળવે અને રાત્રે સુતી વખતે નવશેકા પાણી અથવા દુધની સાથે વાપરે. દુધ વાપરવું વધારે સારૂ છે. જુની કબજીયાત હોય તો થોડા દિવસ વધુ ઉપયોગ કરે ઉપાય અકસીર છે.

(૩૬) પલાસ પાપડા (ખાખરાના બીજ) સાત માશા, મધ બે તોલા.

ખાખરાની બીજ વાટીને તેનો રસ નીકાળે અને તેમાં મધ મેળવે તેને પીવડાવવાથી પેટના કીડા મરી જાય છે. આ અમલ થોડા દિવસ વધુ કરે જેથી મરી ગયેલા કીડા બહાર નીકળી જાય.

(૩૭) જીભ પરના છાલા દૂર કરવા નવશેકા પાણીમાં મધ મેળવી કોગળા કરવાં.

(૩૮) નરણા કોઠે પેટ સાફ થયા પૂર્વે નવશેકા પાણી સાથે મધ તથા લીંબુનો રસ મેળવી પીવાથી ચરબીનો થર ઓછો થાય છે.

(૩૯) ઘુંટણમાં દુખાવો, હાડકું તુટવુ, મોચ આવવા પર મધની પટ્ટી બાંધવાથી આરામ થાય છે.

જગતના તમામ પ્રદેશમાં આર્યુવેદિક તથા યુનાની દવાઓમાં સદીઓથી મધનું એક દવા તરીકે વિશેષ મહત્વ સ્વીકારવામાં આવ્યું છે. હાલના વૈજ્ઞાનિકોએ પણ મધને અનેક બીમારીઓને નસાડતી એક અકસીર દવા તરીકે કબૂલ કરી છે. અદ્યતન વિજ્ઞાનનાં તાજેતરના સંશોધનોથી જાણવા મળ્યુ છે કે શુધ્ધ મધ સાથે ગરમ મસાલામાં ઉપયોગમાં લેવાતા તજના પાવડર સાથે મિશ્રણ નિયમિત લેવામાં આવે તો અનેક રોગો મટાડે છે. મધ મીઠાશવાળું હોવા છતાં ડાયાબિટિસના દર્દીઓને પણ નુકશાન કરતું નથી તેમ આજનું સંશોધન કહે છે. આ બાબત "વીકલી વર્લ્ડ ન્યુઝ"ના તા. ૧૭/૧/૯૫ ના અંકમાં મધ સાથે તજનો ભૂકો મિશ્રણ કરી લેવાથી કયા રોગો મટે છે. તેના સંશોધન પર એક લેખ લખાયેલ છે. આ પરથી જાણી શકાય છે કે હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે મધ વિશે જે ઉપાયો બતાવ્યા છે તેની કેટલી મહત્તા છે. જે ચૌદસો વર્ષ પહેલા બતાવેલા ઉપાયો પર આજે તેના પર સંશોધન કરી માન્ય રાખવા પડે છે. એ જ આજના સમયમાં એક ઈમાન વર્ધક વાત બને છે. એ માટે અહીં કેટલાક ઉપાયો બતાવ્યા છે.

આર્થરાઈટીસ (શરીરનો દુખાવો)

એક ભાગ મધ બે ભાગ નવશેકા પાણીનું મિશ્રણ બનાવી તેમાં એક નાની ચમચી તજનો ભૂકો નાંખી શરીરના દુખતા ભાગ પર ધીમે ધીમે તેની માલિશ કરવાથી એકાદ મિનિટમાંજ તે દુખાવો બંધ થાય છે.

દરરોજ સવારે અને સાંજે એક કપ ગરમ પાણીમાં મધના બે ચમચા અને એક ચમચી તજનો પાવડર ભેળવી નિયમિત પીવાથી ગમે તેવા સાંધાનાં દુખાવામાં રાહત મળે છે. (કોપન હેગન ખાતેની યુનિવર્સીટીમાં કરવામાં આવેલ પ્રયોગનું ઉપરોક્ત પરિણામ છે. જે દર્દીઓ ચાલી શકતા ન હતા તેઓ એક માસમાં વિના દુખાવે ચાલતા થયા હતા.)

કોલેસ્ટ્રૅરૉલ માં ઘટાડો : સોળ ઔંસ જેટલા ચાના પાણીમાં બે ચમચી મધ અને ત્રણ ચમચા તજનો પાવડર મેળવી ને દર્દીને પીવડાવવામાં આવતાં તેના બે જ કલાકમાં લોહીમાં કોલેસ્ટ્રેરોલનું પ્રમાણ ઘટી જવા પામ્યું હતુ. (સંશોધન મુજબ દિવસમાં ત્રણ વખત પીવાથી ૧૦ ટકા કોલેસ્ટ્રેરોલનું પ્રમાણ અંકુશમાં આવે છે) (ઉનીશ મેડીકલ જનરલ)

દરરોજ ચોખ્ખુ મધ પોતાના ખોરાકમાં લેવાથી કદી કોલેસ્ટ્રેરોલની ફરીયાદ રહેતી નથી.

શરદી : એક ચમચા મધને નવશેકા પાણીમાં પા ચમચા જેટલા તજના પાવડર સાથે મિશ્રણ કરી દિવસમાં ત્રણ વખત ચાટવું. આનાથી હઠીલી ખાંસી, શરદી, સળેખમ ઘડીવારમાં દૂર થશે શરદીને કારણે ગળુ સૂકાતું હશે તો તે પણ સારૂં થશે.

પેટનો દુખાવો : જો મધ સાથે તજનો પાવડર મેળવી તેને ચાટતા પેટમાંના અલ્સરનો પણ જડમુળ થી નાશ કરે છે.

હૃદય રોગના દર્દીઓ માટે : દરરોજ નાસ્તામાં બ્રેડ અથવા રોટલી સાથે જેલી કે જામના બદલે મધ અને તજના પાવડરનો પેસ્ટ ચોપડી નિયમિત લેવાથી શરીરમાં લોહી વહન કરતી નસોમાં ભેગા થતા ચરબીના ભરાવાને તથા ચરબીના ગમે તેટલા જાડા થરને ઓગાળી નાખી સેવન કરનાર વ્યક્તિને હૃદયરોગથી બચાવે છે. (જેને એક એટક આવ્યો હોય, તેને બીજા હૃદય રોગના હુમલાથી પણ દૂર રાખે છે.) (આ તારણ અમેરીકા અને કેનેડાના અનેક નર્સિંગ હોમમાં દર્દીઓ પર કરવામાં આવેલ સફળ પ્રયોગો પછી પ્રાપ્ત થયું છે.)

મધમાં વિપુલ પ્રમાણમાં વિવિધ પોષક તત્વો (વીટામીનો) તથા ખનીજો સમાયેલ છે. તેનું સેવન કરતા લોહી રોગ પ્રતિકાર જે સ્વેત કણો કરતા હોય છે તેને બળ મળે છે. શરીરમાંના બેકટેરીયા તથા વાયરસોને મારી હટાવે છે.

અપચો : બે ચમચા મધ ઉપર તજનો થોડો ભુકો છાંટી જમતા પહેલા ખાઈ જવાથી એસીડીટીના કારણે થતી હ્રદય અને છાતીની બળતરા દૂર થાય છે. ગમે તેવો ભારે ખોરાક પચી જાય છે.

ચામડીના વિકાર : ખસ, ખુજલી, ગુમડા કે ચળ આવવા જેવા ચામડીના કોઈપણ રોગ પર મધ, તજનો ભુકો સરખે ભાગે મેળવી શરીરના ભાગ ઉપર ચોપડવાથી થોડાજ દિવસમાં ચામડીજન્ય રોગો નાશ પામે છે.

વજન ઘટાડો : ગમે તેવું જાડું કે ચરબીવાળુ શરીર હોય તો પણ જો તે વ્યક્તિ દરરોજ સવારે નાસ્તો લીધા પહેલા અર્ધા કલાકે ખાલી પેટે, દરરોજ રાત્રે સુતા પહેલા મધ અને તજનાં પાવડરનો એક કપ જેટલો ઉકાળો પીવાની આદત રાખે તો તે વ્યક્તિ પોતાના શરીર ઉપરના મેદને હંમેશ માટે હટાવી શકે છે.

અંજીર

તફસીરકારોનો ખ્યાલ છે કે જમીન પર જયારે મનુષ્યની આમદ (આવ્યા) પછી તેના ફાયદા માટે સૌ પ્રથમ વૃક્ષ પ્રકટ થયું તે અંજીરનું હતું. એ પણ કે હઝરત આદમ અલયહિસ્સલામ અને હઝરત હવ્વા અલયહિસ્સલામ પોતાની શતર પોશી (ગુપ્તાંગ ઢાંકવા) માટે અંજીરના પાંદડાનો ઉપયોગ કર્યો હતો.

કુર્આન [illegible]

વત્તીન ૦ વઝ-ઝયતૂનિ વ તૂરિ સીનીના વ હાઝલ બ-લદિલ અમીન ૦ લ-કદ ખ-લકનલ ઇન્સાના ફી અહ-સનિ તકવીમ

(સુરએ તીન આ. નં. ૧ થી ૪)

(અર્થ અંજીરની કસમ અને ઝૈતુન અને તૂરે સીના અને આ શાંતિવાળા શહેરની બેશક અમે માનવીને સારી આકૃતિ પર બનાવ્યો)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

હઝરત બરાઅ બિન આઝિબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે પ્રવાસ દરમ્યાનની નમાઝોમાં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ એક રકાતમાં સુરએ તીન જરૂર તિલાવત કરતા હતા.

અલ્લાહ તઆલાએ અંજીરને એટલી મહત્તા આપી કે તેની યાદ ફરમાવી જેનો સ્પષ્ટ અર્થ એ થયો કે તેના ફાયદાઓ અસંખ્ય છે.

હઝરત અબુ દરદાઅ રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી રિવાયત છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં ક્યાંકથી એક અંજીરથી ભરેલો થાળ આવ્યો તેઓએ અમોને ફરમાવ્યું "ખાવ" અમે તેમાંથી ખાધુ. પછી ઈરશાદ ફરમાવ્યો જો કોઈ કહે કે કોઈ ફળ જન્નતથી જમીન પર આવી શકે છે. તો હું કહી શકુ તે આજ છે. કેમકે બેશક તે જન્નતનો મેવો છે. તેમાં થી ખાવ તે બવાસીરને ખતમ કરી દે છે. અને સાંધાના દર્દમાં પણ ફાયદાકારક છે.

(ઇબ્ને અબુ બક્ર અલ્જવાઝી અત્તિબ્બે નબવી)

આજ હદીસને ઈમામ મુહમ્મદ બિન અહમદ ઝહબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ લગભગ તે જ શબ્દોમાં બયાન કરી છે. પરંતુ હદીસનું મૂળ બયાન કર્યું નથી. જ્યારે કે કન્ઝુલઆમાલમાં અલાઉદ્દિન અલ્હીન્દી રહમતુલ્લાહ અલયહિથી આજ રિવાયત મામુલી સુધારા વધારા સાથે તે જ સુરતમાં હઝરત અબુઝર રદિયલ્લાહુ અન્હુથી બયાન કરેલી છે.



મુહદ્દિસીનના અનુભવો

હાફીઝ ઇબ્ને કીમ લખે છે કે અંજીર હિજાજ અને મદીનહ શરીફની જમીન પર થતા નથી બલ્કિ આ ઈલાકાનું ફળ કેવળ ખજૂર જ છે. પરંતુ અલ્લાહ તઆલાએ કિતાબ જલીલમાં તેની કસમ યાદ ફરમાવી છે.

આ ફળમાં સફેદ પ્રકારના અંજીર ઉત્તમ છે. અને તે ગુર્દાની પથરીને ઓગાળીને નીકાળી શકે છે. આ ઉત્તમ ખોરાક છે. અને ઝેરની અસરોથી બચાવે છે. ગળાનો સોજો છાતીનો બોજ ફેફસાંના સોજામાં ફાયદાકારક છે. ગળાનો સોજો અને પિત્તાશયને સાફ કરે છે. કફને પાતળો બનાવી નિકાળે છે શરીરને ઉત્તમ ખોરાક પૂરો પાડે છે.

જાલિનુસે કહ્યું છે કે અંજીરની સાથે અખરોટ અને બદામ મેળવીને ખાય તો ખતરનાક ઝેરની અસરોથી બચે છે.

તેનો માવો (ગર) તાવ આવે તે દરમ્યાન દર્દીના મોને સૂકાવા દેતો નથી. નમકીન કફને પાતળો કરી બહાર નીકાળે છે. આ રીતે છાતીની જુની બળતરામાં ફાયદા કારક છે. ગુર્દા અને પેશાબની થેલી બળતરા માટે ફાયદાકારક છે.

અંજીર ને નરણે કોઠે ખાવાથી અજબ ગજબના ફાયદાઓ પ્રાપ્ત થાય છે. કેમકે તે આંતરડાના બંધ ખોલે છે. પેટમાંથી હવા કાઢે છે. આની સાથે જો બદામ ખાવામાં આવે તો પેટની અધિક બીમારીઓ દૂર ભાગે છે.

ઈમામ મુહમ્મદ બિન અહમદ ઝહની રહમતુલ્લાહ અલયહિ ફરમાવે છેકે અંજીરમાં તમામ ફુલોની સરખામણી માં ઉમદા પૌષ્ટિકતા મોજૂદ છે. તરસ છીપાવે છે. આંતરડાને નરમ કરે છે કફને કાઢે છે. જુની ખાંસીમાં ફાયદાકારક છે. પેશાબ લાવનાર મોટા આંતરડાંમાંની પીડા મટાડે છે. આંતરડાની ગંદકી પણ નીકળી જાય છે.

[illegible]

જુની કબજીયાત માટે રોજ પાંચ દાણા ખાવા જોઈએ.

બદન ઉતારવા માટે ત્રણ દાણા પૂરતા છે. શિતળાના ઈલાજમાં પણ અંજીરનું વર્ણન છે. બીજા ચેપી રોગમાં પણ અંજીર જો કે શરીરને શક્તિ અને દર્દને નિવારણમાં વધારો કરે છે અને બળતરા તથા સોજાને કમી કરે છે. દરેક પ્રકારની બળતરામાં અંજીરનો ઉપયોગ થાય છે.

હકીમ નજમુલ્ગનીખાં એ તેને નાપાક પેટની હવાને બહાર નીકાળનાર કહેલ છે. તે યકૃત અને પિતાશયને શક્તિ આપે છે. સોજાને દૂર કરે છે. છાતીના દર્દને દૂર કરે છે. વાઈ, લકવો, દિલની ધડકન વધી જવી, ગભરાટ અને શ્વાસના રોગમાં ફાયદા કારક છે. વધારે લેવાથી ઝાડા થાય છે. બદામ અને અખરોટ ને મેળવી ખાવુ વધારે ફાયદાકારક રહે છે. બવાસીર મટાડે છે પાતળાપણ (દુબળાપન)ને દૂર કરે છે.

અંજીર અને જવનો આટો મેળવીને આપવાથી કેટલાક મગજના રોગમાં ફાયદો થાય છે. મેથીના બીજ, અંજીર અને પાણી પકાવીને ખૂબ ઘાટું કરી લે તેમાં મધ મેળવી સખ્ત ખાંસી વાળાને આપવાથી ખાંસી ઓછી થઈ જાય છે. દમના રોગમાં પણ ફાયદા કારક છે.

અંજીર ખાવાથી હૈઝ ના ખૂનમાં વધારો થાય છે અને દૂધમાં વધારો થાય છે. ચહેરાનાં સૌદર્યમાં નિખાર આવે છે. કમરનું દર્દ દૂર થાય છે.

અંજીરના વૃક્ષના દૂધમાં રૂ પલાળી દાંતના પોલાણમાં રાખવાથી દર્દ મટી જાય છે. અંજીરના ઉકાળાથી કોગળા કરવાથી મસોડા (પેઢા) અને ગળાની બળતરા દૂર થાય છે. તેનાં દૂધમાં જવનો આટો ગુંદી કોઢ પર લગાડવાથી કોઢ વધતા રોકાઈ જાય છે. ચહેરાના ડાઘા પર લગાડવું

પણ ફાયદાકારક છે. આ વૃક્ષની છાલની રાખમાં સિરકો મેળવી માથા પર લગાડવાથી માથાનું દર્દ મટી જાય છે. સૂકા અંજીરને પાણીમાં વાટી લેપ સાંધાના દર્દ પર લગાડે તો ફાયદા કરક છે.

આધુનિક અનુભવો :- અલ્લાહ તઆલાએ જ્યારે અંજીરની કસમ યાદ દેવડાવી છે. ત્યારે તેમાં તેની અસરો શાનદાર હોવી જરૂરી છે. અંજીર એક એવી દવા છે જે પાચનશક્તિ ને ઠીક કરી યોગ્ય પરીણામ લાવે છે અંજીર ગુર્દા અને પિતાશયની પથરીને નીકાળવાની યોગ્યતા ધરાવે છે.

એક સ્ત્રીને પિત્તાશયની જુની બળતરા હતી. એક્ષસરે પર તેમાં કેટલીક પથરીઓ જોવા મળી ડોકટર દ્વારા તેને ઓપરેશન કરવાની સલાહ આપવામાં આવી. તે સ્ત્રી દર્દથી મરવા તૈયાર હતી પરંતુ ઓપરેશનના ભયને સહન કરવા તૈયાર ન હતી. આ કારણે તે નારાજ થઈ ગઈ. જોકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કલુંજીને દરેક દર્દ ને મટાડનાર કહેલ છે. એ માટે કાસની અને કલુંજીને મેળવીને સવારે નરણે કોઠે છ દાણા સૂકા અંજીરના ખાવા માટે કહેવામાં આવ્યું. બે માસની અંદર ન કેવળ પથરી નીકળી ગઈ બલ્કે બળતરા પણ દૂર થઈ ગઈ. નિશાનીઓ દૂર થઈ ગયા પછી એક મહીને એક્સરેથી તપાસ કરાવવાથી સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત જાણવા મળ્યું.

આ અકસ્માત નથી અંજીર બેશક ખોરાકને સંપૂર્ણ હજમ કરવાની યોગ્યતા ધરાવે છે. દર્દ જ્યાં પણ હોય તેને દૂર કરે છે. પેટને નાનુ બનાવે છે.

તાજા અંજીરોને રાત્રે ઝાકળમાં રાખી કોઈ મીઠાશ અને બદામોની સાથે જો સવારે નરણા કોઠે ખાવામાં આવે તો મોંના ઘા જીભની બળતરા અને શરીરની ઉગ્રતાને પંદર દિવસમાં ઠીક કરી દે છે.

અંજીર અને બવાસીર :- નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે અંજીરના ફાયદાઓમાં બે મહત્વના હુકમો ફરમાવ્યા છે.

(૧) બવાસીરને ખતમ કરે છે.

(૨) સાંધાના દર્દોમાં ફાયદાકારક છે.

સામાન્ય રીતે મસા મટાડવા માટે ચાર માસથી દસ માસ જેટલો સમય લાગે છે. જે લોકોને વધુ તકલીફ હોય તેમણે સવારે નરણા કોઠે મધના શરબતની સાથે પાંચથી છ અંજીર (સૂકા) ખાવાનું તેમને બતાવવામાં આવેલ છે. જેને તકલીફ થોડી હતી અને બદહજમી વધારે હતી તેમને ખાવાથી અડધા કલાક પહેલા અંજીર ખવડાવવામાં આવ્યા જેમને કેવળ પેટમાં વજન લાગતું તેમને જમ્યા પછી અંજીર ખવડાવ્યા. હાફિઝ ઈબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ હદીસ શરીફની સ્પષ્ટતામાં ખૂબ જ ખૂબસુરત વાક્ય કહ્યુ છે.

અંજીર ને સવારે નરણા કોઠે ખાવાની અસર અજબ ગજબ છે.

અંજીર જુની કબજીયાત માટે ઉત્તમ ઈલાજ છે.

દર્દી કેટલાક દિવસ નિયમિત અંજીર ખાય અને જાજરૂ જાય પણ સમય નક્કી કરે તો તકલીફ હંમેશા માટે દૂર થઈ શકે છે.

જે લોકોને આંતરડામાં સડો હોય તેના માટે આનાથી ઉમદા દવા બીજી કોઈ નથી.

અંજીર લોહીની નસો ની ઘટ્ટતા (ગંદકી) ને નીકાળી શકે છે.

હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે શરીરની ચરબી ઓગાળવા માટે પણ આજ દવા બતાવી છે. ખજૂર અને અંજીર સાથે ખાવાની પણ મનાઈ ફરમાવી છે.

સૂકા અંજીર ને તવા પર બાળીને દાંતો પર તેની રાખનું મંજન કરવામાં આવે તો દાંતોથી રંગ, મેલ વિગેર ઉતરી જશે. મસોડા (પેઢા)ની બળતરામાં જેટલાય મંજન બનાવવામાં આવે છે જો તેમાં અંજીરની રાખ મેળવવામાં આવે તો ફાયદો જલ્દી થાય છે.

જવ

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જવ ખૂબ જ પસંદ હતા. આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તેની રોટી તરીકે અથવા દલિયા તરીકે અથવા સત્તુ તરીકે ઉપયોગ કરતાં હદીસોથી જાણવા મળે છે.

જવની રોટી

હઝરત ઉમ્મે મુન્ઝિર રદિયલ્લાહુ અન્હા બયાન કરે છે કે મારી પાસે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની સાથે હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ તશરીફ લાવ્યા. અમારે ત્યાં ખજૂરના ઝુમખા લટકતા હતા. તેને રજૂ કર્યા બન્નેએ તેને ખાધા. હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ થોડું ખાધા પછી રોકી લીધા અને કહયું તમે બીમારીથી હમણા ઉઠયા છો તેને ન ખાવ. પછી તેણીએ ચુકંદર (શાક) તૈયાર કર્યું અને જવની રોટી તૈયાર કરી. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુને ફરમાવ્યું ખાવ તમારા માટે ઉત્તમ છે.

(ઇબ્ને માજા મસ્નદે અહમદ, તિરમીઝી)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે એક દરજીએ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની દાવત કરી તેણે જવની રોટીની સાથે ગોશ્ત અને દૂધી પકાવી. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ખુબ પ્રેમથી શાકમાંથી દૂધીના ટુકડા શોધીને ખાધા.

(બુખારી, મુસ્લિમ)

યુસુફ બિન અબ્દુલ્લાહ બિન સલામ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે મેં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જોયા કે તેઓ જવની રોટીનો ટુકડો લીધો તેના પર ખજૂર રાખી અને ફરમાવ્યું કે આ તેનું શાક છે અને ખાધુ. (અબૂ દાઉદ)

જવનો દલિયો

જવને કૂટીને તેને દૂધમાં પકાવ્યા પછી મીઠાશ માટે તેમાં મધ નાખવામાં આવે છે. હઝરત આઇશા સિદ્દિકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઘરવાળામાંથી જયારે કોઇ બીમાર પડતું તો હુકમ થતો કે તેના માટે જવનો દલિયો બનાવવામાં આવે. પછી ફરમાવતા હતા કે બીમારના દિલમાંથી રંજને ઉતારી દે છે અને તેની કમજોરીને એવી રીતે ઉતારી દે છે જેવું કે તમારામાંથી કોઇ પોતાના ચહેરાને પાણીથી ધોઇને તેનાથી ગંદકી ઉતારી દે છે. (ઇબ્ને માજા)

આ મસ્અલામાં હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હાની એક બીજી રિવાયત પણ છે તેમાં એટલું વધારે છે કે જયારે બીમાર માટે દલિયો પકાવવામાં આવતો ત્યારે હાંડી ત્યાં સુધી ચૂલા પર ચઢતી હતી કે તે તંદુરસ્ત થઇ જાય અથવા મૃત્યુ પામે.

હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હા દલિયા માટે હુકમ આપ્યા કરતી અને કેહતી હતી કે જો બીમારને પસંદ ન હોય તેમ છતાં તેના માટે ફાયદાકારક છે. (બુખારી)

હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હાની એક રિવાયત એ છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી જયારે કોઇ ભૂખની ફરિયાદ કરતો તો તેને દલિયો ખાવાનો હુકમ આપતા.

સત્તુ

હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જવના સત્તુ પસંદ હતા. અબુ હુરૈરહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ કહે છે કે હુ મદીનહમાં દાખલ થયો તો મારી મુલાકાત હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન સલામ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી થઇ. તેમણે તેમની પાસે ઉતરવાની દાવત આપી. ફરમાવ્યું હું તમને આ પ્યાલામાં પીવડાવીશ જેમાં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પીધું છે. એ મસ્જિદમાં નમાઝ પઢાવીશ જેમાં હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે નમાઝ પઢી છે. પછી હું ત્યાં ઉતરી ગયો અને તેમણે મને સત્તુ અને ખજૂર ખવડાવ્યા અને મેં તેમની મસ્જિદમાં નમાઝ પઢી.

યુધ્ધ દરમિયાન મુજાહિદોનુ રેશન સત્તુ અને ખજૂર પર આધારીત રહેતુ. આ ખોરાકથી તેમને એટલી તાકાત પ્રાપ્ત થતી કે તેઓ પ્રવાસની તકલીફો સહન કરવા સિવાયની દુશ્મનોનો સામનો કરવામાં શારીરિક ચડીયાતુપણું સાબિત કરતા હતા. દિવસભરના રોજાની કમજોરીને દૂર કરવા માટે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ હંમેશા સત્તુ પસંદ કરતા હતા.

મુહદ્દીસીનના અનુભવો

શારીરિક કમજોરી સિવાય ખાંસી અને ગળાની બળતરા માટે ફાયદાકારક છે. હોજરીની બળતરા મટાડે છે. શરીરથી ગંદકીને બહાર કાઢે છે. પેશાબ કરાવે છે. તરસ છીપાવે છે. ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહએ જવના પાણીને પકાવવાનો એક નુસ્ખો બયાન ફરમાવ્યો છે. તે પ્રમાણે જવ લઇ તેનાથી પાંચ ગણુ પાણી નાખવામાં આવે પછી તેને એટલું

પકાવવામાં આવે કે પાણી દુધીયું થઈ જાય તેની માત્રા ઓછામાં ઓછી ચાર ગણી પાણી બળી જાય.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે જવના ફાયદામાં બે મહત્વની વાતોનો ઈરશાદ ફરમાવ્યો છે.

(૧) દર્દીના દિલનો બોજ ઉતારી દે છે.

(૨) ગમ અને ફિકરમાંથી મુક્તિ મળે છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

જવ વિશે પ્રાચીન હકીમોએ મહત્વના પ્રયોગો કર્યો છે. બુ અલી સીનાએ લખ્યું છે કે જવ ખાવાથી લોહી પૈદા થાય છે. તે મધ્યમ કક્ષાનું શુધ્ધ અને ઓછું ઘાટું હોય છે. ફિરદોશે અલ્હિકમતમાં લખ્યું છે કે જવને તેના વજનથી પંદર ગણાં પાણીમાં એટલી વાર સુધી આગ પર પકાવવામાં આવે કે ત્રીજા ભાગનું પાણી જ બાકી રહે આ પાણી શરીરની આશરે એકસો બીમારીઓ માટે ફાયદાકારક છે. શમ્સુદ્દીન સમરકંદી તેના ફાયદાને ધ્યાનમાં રાખતા ઘઉંથી ઉતરતી કક્ષાનું ગણે છે. પરંતુ તે ઘઉંથી ફઝીલત આપે છે કે શરીરની ગરમીને (ઉષ્ણતાને) ઓછી કરે છે.

વૈદકમાં તેને ચેહરાને નિખારવા વાળા અને પેટને ઓછું કરનાર ગણેલ છે. શરીરને મજબૂત બનાવે છે. કેમકે તે જલ્દી હજમ થાય છે. તેને ગરમ પાણી સાથે પીવાથી ગળાની બળતરા ઓછી કરે છે. જવનો આટો છાશમાં મેળવી પીવાથી કડવાશ વાળી ઉલ્ટી, અતિતૃષા અને હોજરીની બળતરામાં ફાયદો પહોંચાડે છે. જવના આટાને સિરકામાં ગુંદી દરેક પ્રકારની ખંજવાળમાં લગાવવો ફાયદાકારક બતાવેલ છે.

જવ અને ઘઉંના ભુસાને પાણીમાં ઉકાળીને તેના પાણીના કોગળા કરે તો દાંતનું દર્દ જતું રહે છે.

આધુનિક અનુભવો :- ગુર્દાનું કેન્દ્ર તેની જાન છે તેમાં બળતરા થઈ જાય તો જેનો ગુર્દો છે તેને ખુબજ કષ્ટ થાય છે. તેનો ઉપાય ઉકાળેલ પાણીમાં મધ મેળવીને દેવાથી કરો. આ રિવાયત હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાએ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી કરી છે (અબું દાઉદ વિગેરે)

હદીસમાં જવના ફાયદા ની રોશનીમાં હોજરી અને આંતરડાના અલ્સર ના દર્દીઓને નાસ્તામાં સરકારે દો આલમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના નુસ્ખા પ્રમાણે આપવામાં આવ્યા અલ્સરનો દર્દી બે ત્રણ માસમાં તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

પેશાબમાં ખૂન અને પીપના દર્દીઓમાં કારણ કોઈ પણ હોય યોગ્ય રીતે ઉપાય સાથે જવનાં પાણીમાં મધ નાખી પીવડાવવામાં આવે તો આ તકલીફ પંદર દિવસમાં ખતમ થઈ જાય છે કેટલાક સમયે આજ રીત પથરી નીકાળવા માટેનું કારણ પણ બને છે. જુની કબજીયાત માટે જવનાં દલિયાથી વધુ સારી અને રક્ષિત દવા બીજી કોઈ જોઈ નથી

અંગ્રેજી જવના ચાર મોટા ચમચા (રાા ઔંસ) ચાર સેર પાણીમાં એટલો સમય પકાવે કે તેનો અડધો ભાગ રહી જાય આ પાણી તાવની ગરમી પેશાબની બળતરા, નાસૂરની બળતરા અને આંતરડાની બળતરા માં ફાયદા કારક છે. તે સિવાય ખોરાકની કમીમાં પણ મદદગાર છે. આ પાણીમાં ખાંડ પણ નાખી શકાય છે. કેટલાક લોકો તેમાં લીંબુ નિચોવે છે. લીંબુ નિચોવે ત્યારે દૂધ ભેળવવામાં ન આવે આ નુસ્ખાને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના નુસ્ખાની જેમ ઉપયોગ કરતાં તેના ફાયદામાં ઘણો વધારો થઈ ગયો. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ

અલયહિ વસલ્લમના નુસ્ખામાં દલિયો, દૂધ અને મધમાં પકાવવામાં આવે છે. આ રીતમાં જો તેને ઉકાળીને મધ મેળવવામાં આવે તો તેમાં ખોરાકીમાં પણ વધારો થશે અને તેમા વધુ સંતોષ થશે.

ઝૈતુન (ઓલિવ) ના ફાયદા

તફસીરકારોના સંશોધન પ્રમાણે ઝૈતુનનુ વૃક્ષ ખૂબ જ પ્રાચીન છે. નૂહના તોફાનના ખત્મ થયા પછી, પાણી ઉતર્યા પછી જમીન પર સૌથી પ્રથમ વસ્તુ દેખાઇ તે ઝૈતુનનું વૃક્ષ હતું.

ઝૈતુનનાં ફળમાં પૌષ્ટિક તત્વો ભરપૂર છે. તેના સ્વાદને કારણે તેના ફળ સામાન્ય રીતે પસંદ નથી.

કુરઆન મજીદમાં તેનો ઉલ્લેખ

(૧) **વન્નખ્લા વઝ-ઝરઆ મુખ્તલિફન ઉકુલુહૂ વઝ-ઝયતૂના વર-રુમ્માના મુ-તશા બિહંવ વ ગય્રા મુ-તશાબિહ કુલૂ મિન સ-મરિહી ઇઝા અસ્મરા** (સૂરએ અન્આમ આ. નં. ૧૪૧)

(અર્થ : અને ખેતી જેમાં રંગ રંગનો ખોરાક અને ઝૈતુન અને દાડમ કોઈ વાતમાં મળતા અને કોઈમાં અલગ. ખાઓ તેના ફળ જયારે ફળે તેનો હક આપો જે દિવસે કપાય અને અસ્થાને ન ખર્ચો બેશક અસ્થાને ખરચનાર તેને પસંદ નથી.)

(૨) **વ જન્નાતિમ મિન અઅ-નાબિંવ વ ઝ-ઝય્તૂના વર રુમ્માના મુતશાબિહંવ વ ગયરા મુ-તશાબિહ ઉન્ઝુરૂ ઇલા સ-મરિહી ઇઝા અસ્મરા વ યન્અિહ ઇન્ના ફી ઝાલિકુમ લ-આયાતિલ લિ-કવમિંય યુઅ-મિનૂન** (સૂરએ અન્આમ આ. નં. ૯૯)

(અર્થ : અને ઝૈતુન અને દાડમ કોઈ વાતમાં મળતા અને કોઈ વાતમાં અલગ અને ફળ ફળે ત્યારે એનું પાકવું જુઓ બેશક આમાં નિશાનીઓ છે ઈમાનવાળાઓ માટે.)

(૩) **હુવલ્લઝી અન્ઝલા મિનસ સમાઇ માઅલ લકુમ મિન્હુ શરાબુંવ વ મિન્હુ શ-જ-રુન ફીહિ તુસીમૂન યુમબિતુ લકુમ બિહિઝ ઝરઆ વઝ ઝયતૂના વન્નખીલા વલ અઅ-નાલા વ મિન કુલ્લિસ સ-મ-રાત ઇન્ના ફી ઝાલિકા લ-આ-યતલ લિ કવમિંય ય-તફક-કરૂન** (સૂરએ નહલ આ. નં. ૧૦, ૧૧)

(અર્થ તે જ છે જેણે આસમાનમાંથી પાણી ઉતાર્યુ તેમાંથી તમારૂં પીણું છે અને તેમાંથી જ ઝાડો છે જેને ચરાવો છો. એ પાણીથી તમારા માટે ખેતી ઉગાડે છે. અને ઝૈતુન અને ખજૂર અને દ્રાક્ષ અને દરેક જાતના ફળ બેશક એમાં નિશાની છે ધ્યાન કરનારાઓના માટે.)

(૪) **યૂકદુ મિન શ-જ-રતિમ મુબા-ર-કતિન ઝયતૂ-નતિલ લા શરકિય્યતિંવ વલા ગરબિય્યતિંય યકાદુ ઝયતુહા યુદીઉ વ લવ લમ તમ્સસ્હુ નાર** (સુરએ નૂર આ નં ૩૫)

(અર્થ બરકત વંતા ઝૈતૂન ના ઝાડથી રોશન થાય છે જે ન પૂર્વ ન પશ્ચિમનું નજીક છે કે તેનું તેલ સળગી ઉઠે તેને આગ સ્પર્શે નહિ)

(૫) **વત્તીનિ વઝ-ઝયતૂનિ વ તૂરિ સીનીના વ હાઝલ બ-લદિલ અમિની** (સુરએ તીન આ. નં. ૧,૨)

(અર્થ અંજીરની કસમ અને ઝૈતુન અને તૂરે સીના અને શાંતિવાળા શહેરની.)

(૬) **ફઅન્શઅ-ના બકુમ બિહી જન્નાતિમ મિન નખીલિંવ વ અઅ-નાબ લકુમ ફીહા ફવાકિહુ કસી-રતુંવ વ મિન્હ તઅ-કુલૂના વ શ-જ-રતન તખ્રુજુ મિન તૂરિ સયનાઆ તુમ્બુતુ બિદ દુહનિ સિબગિલ લિલ આકિલીન** (સુરએ મુઅ્-મનૂન આ. નં. ૨૦)

(અર્થ તો એના વડે અમે તમારા માટે બગીચાઓ બનાવ્યા ખજૂરો અને દ્રાક્ષોના એમાં તમારા માટે ઘણા મેવાઓ છે અને તમે એમાંથી ખાવ છો અને તે ઝાડ બનાવ્યું જે તૂરે સીનામાંથી નીકળે છે. ખાનારાઓ માટે તેલ અને શાક લઈને ઉગે છે.)

આ આયતમાં ચિંતન કરવાનો વિષય એ છે કે અલ્લાહ તઆલાએ ઝૈતુનના વૃક્ષને એક મુબારક એટલે કે બરકતવાળુ ગણ્યું છે. અને તેમા ફળને મહત્તા આપી છે. અને પછી લોકોનુ એ તરફ ધ્યાન દોર્યું છે કે **ઝૈતુન, ખજૂર, દાડમ,** અને **દ્રાક્ષમાં** ફાયદાઓના ખજાના ભર્યા છે. શર્ત એ કે તમારામાં તેને સમજાવવાની પાત્રતા હોય

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

હઝરત સૈયેદુલ અન્સારી રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યુંકે ઝૈતુનના તેલને ખાવ અને તેનાથી શરીરની માલિસ કરો એ એક મુબારક વૃક્ષ છે.

આજ રિવાયત હઝરત અબુ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ મુસ્તદકુલ્હાકિમમાં અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુથી પણ નકલ કરેલ છે.

હઝરત અલ્કમહ બિન આમિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું છે કે તમારા માટે ઝૈતુનનું તેલ મોજૂદ છે. તેને ખાવ અને શરીર પર માલિસ કરો. કેમકે તે બવાસીરમાં ફાયદો કરે છે. (ઈબ્ને જવઝી)

તમારી પાસે આ મુબારક વૃક્ષથી ઝૈતુનનું તેલ મોજૂદ છે. તેનાથી ઈલાજ કરો તે મસાને ઠીક કરી દે છે. (ઇબ્ને અન્સી, અબુ નઈમ)

કન્ઝુલ આમાલમાં મસ્નદે ઉમર અને ઈબ્રાહીમ બિન અલી સાબિત રદિયલ્લાહુ અન્હુની હદીસથી રિવાયત કરી છે કે હઝરત ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે જ્યારે કે બયહકી અને ઈબ્ને માજાએ તેને હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી રિવાયત કરી છે. ઝૈતુન ના તેલથી ઈલાજ કરો. તેને ખાવ અને લગાવો કેમકે આ મુબારક વૃક્ષ છે.

ખાલિદ બિન સઅદ રિવાયત કરે છે કે હું ગાલિબ બિન અબજરની સાથે મદીનહ આવ્યો રસ્તામાં ગાલિબ બીમાર પડી ગયા. તેમની ખબર અંતર પૂછવા માટે ઇબ્ને અબી અતીક આવ્યા અને એ બતાવ્યું કે હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી રિવાયત છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કલુંજીમાં શિફા બતાવી છે. અમે કલુંજીના કેટલાક દાણા કુટીને ઝૈતુનના તેલમાં મેળવી નાકની બન્ને બાજુમાં ટપકાવામાં આવે. અમે એવુંજ કર્યું તો ગાલિબ બિન અબજર તંદૂરસ્ત થઈ ગયા.

(ઇબ્ને માજા, બુખારી)

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસ્સલમે ફરમાવ્યું છે કે ઝૈતુનનુ તેલ ખાવ અને તેને લગાવો કેમકે તેમાં સીત્તેર બીમારીઓથી તંદુરસ્તી છે. જેમાંથી એક બીમારી કોઢ પણ છે. (અબુ નઈમ)

હઝરત અબુ હુરૈરહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યુ કે ઝૈતુનનું તેલ ખાવ તેને લગાવો આ પાક સાફ અને મુબારક છે. (ઇબ્ને માજા અલ્હાકિમ)

હઝરત ઝૈદ બિન અરકમ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે અમોને રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ કર્યો. કે પ્લ્યુરસી (ફેફસાના પડનો સોજો) નો ઈલાજ કુસ્ત બેહરી (કુઠ) (મીઠી કોઠ) અને ઝૈતુનના તેલથી કરે. (તિરમિઝી, ઇબ્ને માજા, મસનદે અહમદ)

હઝરત ઝૈદ બિન અરકમ રિવાયત કરે છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પ્લ્યુરસી ના ઈલાજમાં વરસ અને ઝૈતુનના તેલમાં ફાયદા પહોંચાડવાની પ્રશંસા કરતા હતા.

(તિરમિઝી, મસનદે અહમદ, ઇબ્ને માજા)

પ્રાચીન હકીમોએ પ્લ્યુરસીને ન્યુમોનિયા ગણેલ છે. પરંતુ ખાસિયત ના કારણે પ્લ્યુરસીજ છે. આની સ્પષ્ટતા કરતા ઈમામ ઈસા તિરમિઝી કહે છે કે ઈલ્મ વાળાઓ બયાન કરે છે કે પ્લ્યુરસી અસલમાં ક્ષય છે. હકીકતમાં એ છે કે વીસમી સદીમાં સંશોધનથી સાબિત કરી દીધુ છે પ્લ્યુરસીનું ઘણી વખત કારણ ક્ષય હોય છે. તેને ક્ષયનો એક પ્રકાર ગણી શકાય છે.

મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ સનદ સિવાય ઈબ્ને જવઝી થી રિવાયત કરી છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે જેણે ઝૈતુનના તેલથી માલિસ કરી શયતાન તેના નજીક જશે નહિ.

મુહદ્દીસીનના અનુભવો :- એક વખત હઝરત ઉમર ફારૂક રદિયલ્લાહુ અન્હુ પાસે એક મહેમાન આવ્યો. તેમણે રાત્રી ભોજનમાં તેને ઊંટની સિરી (ઝુબ્હ કરેલ જાનવરનું માથું) અને ઝૈતુનનુ તેલ રજૂ કરતા કહ્યું કે હું આ તમને એ માટે ખવડાવી રહ્યો છુ કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તેને મુબારક વૃક્ષ ગણ્યું છે.

કુરઆને મજીદમાં આ તેલને જે મહત્તા આપી છે. અને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે જે પ્રશંસા કરી છે તેના પછી લોકોએ તેને મુબારક તો ગણ્યું. પરંતુ એ પ્રયત્ન ન કર્યા કે તેમણે જે સીત્તેર ફાયદાઓ નો ઉલ્લેખ કર્યો છે. તેઓએ પોતે આમાંથી ફકત પાંચનું વર્ણન કરેલ છે.

ઈબ્ને કીમ રહમતૂલ્લાહ કહે છેકે લાલ ઝૈતૂનનું તેલ સાધારણ કાળા રંગવાળા તેલથી ઉતમ છે. આ તેલ તબીયતને અસલી હાલત પર લાવે છે. ચહેરાના રંગને નિખારે છે. ઝેરના વિરૂધ્ધ તેને રક્ષણ આપે છે પેટના કાર્યોને મધ્યમ કક્ષા પર લાવે છે. પેટથી કીડા બહાર નીકાળે છે વાળને ચમકાવે છે. અને વૃધ્ધાવસ્થાની તકલીફો અને અસરોને

ઓછી કરે છે ઝૈતુનના તેલમાં મીઠું (નમક) મેળવીને દાંતના પર ઘસવામાં આવે તો તેને મજબુત બનાવે છે.

આજ તેલ જે નમકમાં મેળવેલ હોય તો આગથી થયેલ ઘા માટે અકસીર છે. તેલ અથવા ઝૈતુનના પાંદડાઓનું પાણી લગાડવાથી લાલ ફુણસીઓ ખંજવાળમાં ફાયદો થાય છે. જે ગુમડાઓ જેમાંથી દુર્ગંધ આવતી હોય એવા ઝૈતુનના તેલથી ઠીક થઈ જાય છે.

ઝહબીના સંશોધન પ્રમાણે વાળો અને શરીરને મજબૂત કરીને ઘડપણની અસરોને ઓછી કરે છે. કોઈપણ ચિકાશ અને તેલના પીવાથી પેટ ખરાબ થાય છે. પરંતુ ઝૈતૂનનું તેલ તેનાથી મુકત છે. કેમકે આ તેલ હોવા છતાં પેટની ઘણી બીમારીઓમાં આરોગ્યપ્રદ છે.

ઝૈતૂનના વૃક્ષનાં પાંદડાઓ નો રસ કાઢી અથવા સૂકા પાંદડા મળે તો તેને પાણીમાં ઉકાળીને તેનાથી કોગળા કરે તો જીભ પરના ઘાને રૂઝાવે છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

ઝૈતૂનનું ફળ :- ઝૈતૂનનું ફળ અને પાંદડાનો રસ નીચોવી તેને એટલી વાર સુધી પકાવે કે તે મધની માફક જાડું થઈ જાય તેને કીડા વાળા દાંત પર લગાવે તો કીડાઓ ઉખડી જાય છે. તેના કોગળા કરે તો મોંની અંદરનાં ચાંદા અને સફેદ ડાઘા દૂર થઈ જાય છે. પેઢા મજબુત થાય છે. તેમાં સિરકો મેળવી માથા પર લેપ કરે તો ટાલ અને ખરતા વાળમાં ફાયદાકારક છે. આ લેપમાં મધ મેળવીને ઘા પર લગાડવાથી તેની લાલાશ બળતરા દૂર્ગંધ દૂર થાય છે. કેટલાક હકીમોએ કહ્યું છે કે આ લેપને એકધારા લગાડવાથી ફુણસીઓ અને શિતળાના ડાઘા દૂર કરે છે. તેની ગોટલીને વાટીને અને ચરબીમાં મેળવીને લગાડવાથી નખોના દર્દ ઠીક થઈ જાય છે.

ઝૈતૂનનુ અથાણું ભૂખને વધારે છે વધુ પડતુ ખાવાથી કબજીયાત થાય છે.

ઝૈતૂનનુ તેલ :- બુઅલી સીના એ કહ્યું છે કે ઝૈતૂનનો તેલ જુનૂ થઈ જાય તો તે ખુબજ ગુણકારક છે નહિ તો તેના જેવા ફાયદા પ્રાપ્ત કરવા માટે નવા (તાજા) તેલને પકાવે કે તે મધની જેમ ઘાટુ થઈ જાય. આ તેલ પોતાની ખુબીઓના લીધે રોગન કલુંજી અને રોગન બલસાન થી પણ તેમાં ઉમદા ફાયદા છે. તેઓ સ્વીકાર કરે છે કે ઝૈતૂનનું તેલ ચાર હજાર સાલ જૂનુ પણ થઈ જાય તો પણ ફાયદાકારક જ રહે છે.

જે લોકો નિયમિત માથા પર આ તેલ લગાડે તો ન તો તેમના વાળ ખરે છે ન તો જલ્દી સફેદ થાય છે તેની માલિસથી ફુણસીઓ દૂર થઈ જાય છે. કાનમાં પાણી પડેલું હોય તો ઝૈતૂનનું તેલ નાખવાથી પાણી નીકળી જાય છે. હકીમોએ લખ્યુ છેકે તેની સળી નિયમિત આંખોમાં લગાડવાથી આંખની લાલાશ કપાઈ જાય છે. મોતિયાને ઘટાડવામાં ફાયદાકારક છે. તેના માલિસથી શરીરના અવયવોને શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. કેટલાક હકીમોએ વાઈના દર્દમાં આ તેલને માલિસ કરવાથી ફાયદાકારક ગણ્યું છે. એકવીસ તોલા જવના પાણીમાં ઝૈતૂનનું તેલ મેળવી પીવાથી જુની કબજીયાત જતી રહે છે. આ તેલ પીવાથી પેટ અને આંતરડા ના દર્દો દૂર થાય છે. પેચીશ (મરડા, ચૂંક સાથે થનાર ઝાડા) માં પણ ફાયદાકારક છે. પેટના કીડાને મારે છે પથરીને તોડી નીકાળી શકે છે. શરીરની કમજોરી દૂર કરે છે પેશાબની છુટ થાય છે. મોંના જખમને જલ્દી મટાડે છે. ગળાને સાફ કરે છે. ઝહેરોની અસરો દૂર કરે છે. પિત્તાશયની બળતરા અને પથરીના દર્દીઓને ખાસ કરીને મિઠાશથી પરહેઝી કરાવવામાં આવે છે. પરંતુ ઝૈતૂનનું તેલ તેમના માટે પણ ઉપયોગી છે. પરંતુ જુના ઉસ્તાદોએ દર્દીઓને દોઢ પાવ તેલ દરરોજ પીવડાવીને પિત્તને કાઢવાનું કામ લીધુ કેટલીક વખતે આ અમલ દરમ્યાન પથરીઓ પણ નીકળી ગઈ.

ઝૈતુન એક બહેતરીન ખોરાક છે. ઝૈતુનનું તેલ ગિલીસીરીન થી વધુ ફાયદાકારક અને અસરકર્તા છે.

ભારતના નિષ્ણાંત તબીબોએ તેને લકવા, સાંધાના દર્દો અને કમજોરી પૈદા કરતા બીજા દર્દોમાં બેહદ ફાયદાકારક જાણાવ્યું છે. પાતળા દુબળા બાળકોને તેલ માલિસ કરવાથી ફાયદો બતાવ્યો છે ૨૫ ગ્રામ દરરોજ ખાવાથી જુની કબજીયાત જતી રહે છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે મસાના દર્દીઓને ઉપયોગી બતાવ્યું છે. આ દર્દના માટે દર્દીઓને રાત્રે સૂતી વખતે બે મોટા ચમચા ઝૈતુનનું તેલ પીવાનું કહેવામાં આવ્યું છે. સાથે બે ચમચા મહેદીના પાંદડાને લસોટીને તેમાં આઠ ચમચા ઝૈતુનનું તેલ મેળવીને પાંચ મિનીટ ઉકાળીને મલમ તૈયાર કરવામાં આવે છે. જુના મસાના દર્દીઓને આ મલમ રાત્રે સુવાના પહેલા અને સવારે ઉઠીને જાજરૂ જતા પહેલા લગાડવાનો ઉપદેશ આપવામાં આવ્યો છે. અધિક દર્દીઓને બીજી કોઈ દવાની જરૂરત પડી નહિ. જેને જખમ વધારે હોય અને શરીરની હાલત કમજોર હતી તેને ત્રણ ચાર ગ્રામ મીઠા કોઠ ખાધા પછી આપવામાં આવ્યા. ત્રણ ચાર માસમાં સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી થઈ ગઈ. પરંતુ ભવિષ્ય માટે તેલ પીવું અને કબજીયાતથી બચવું જરૂરી ગણ્યું છે.

શરીરના રોગ :- જાપાનના નિષ્ણાંતો ની જાણકારી પ્રમાણે ઝૈતુનનુ તેલ પીનારને પેટનાં કેન્સરમાં સપડાયેલો જણાયો નથી તેમનો એ પણ ખ્યાલ છે કે લાંબા સમય સુધી ઝૈતુનનું તેલ પીવાથી પેટ અને આંતરડા ના સરતાન (કેન્સર) પણ ઠીક થઈ શકે છે.

શ્વાસ રોગ :- નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પ્લયુરસી (ફેફસામાં પડતો સોજો)માં ઝૈતુનનું તેલનો હુકમ કર્યો છે. આ સિધ્ધાંતને સામે રાખી શ્વાસની દરેક બીમારી માં સપડાયેલને જરૂર ઝૈતૂનનું તેલ આપવામાં આવ્યું. દમના રોગીઓમાં જ્યારે ઘટાડો દેખાયો તો ભવિષ્ય

માટે આ પ્રકારના દર્દોથી રક્ષિત રાખવા માટે ઝૈતૂનનું તેલ કરતાં બીજી કોઈ ઉમદા દવા પ્રાપ્ત થઈ નહિ.

ઈન્ફલ્યુ એન્ઝાની ખાંસીમાં આધૂનિક વૈદકમાં કોઈ ઉપાય નથી. તે લોકો જેઓ નિયમિત ઝૈતૂનનું તેલ પીએ છે. ન તેમને ખાંસી થાય છે. ન ન્યુમોનિયા થાય છે. ખાંસી અને દમની બીમારીમાં વધુ ફાયદા માટે ઉકાળેલા પાણીમાં મધ પણ મેળવીને આપવું ફાયદાકરક છે.

ક્ષય :- ક્ષયના દર્દીઓને દરરોજ ૨૫ ગ્રામ ઝૈતૂનનું તેલ અને દરરોજ આઠ ગ્રામ મીઠી કોઠ દેવામાં આવી, કમજોરી માટે મધ, ખાંસી માટે અંજીર અથવા તેનું શરબત વધારામાં આપવામાં આવ્યું શરૂઆતનો દર્દી આ સામન્ય રીતે ત્રણ ચાર માસમાં ઠીક થઈ ગયો નિશાનીઓ ખત્મ થયા પછી અને લોહી સામાન્ય થયા પછી કેટલાક દર્દીઓને ઝૈતુનનું તેલ એક માસ સુધી પીવાનો ઉપદેશ આપવામાં આવ્યો છે. વર્ષ સુધી દર્દીનું નિરીક્ષણ કરતા રહ્યા તેમ છતાં દર્દીને કોઈ તકલીફ થઈ નહિ.

સિરકો

સિરકો શેરડીનો રસ, ચુકંદર (એક શાકભાજી) જાંબુ, અંગુર (દ્રાક્ષ) મુનક્કા (સુકી દ્રાક્ષ) ઘઉં, જવ અને અન્ય ફળોમાંથી તૈયાર થાય છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે એક વખતે પોતાના ઘરવાળાથી શાકનું પૂછયું તેઓએ કહ્યું કે અમારી પાસે સિરકા સિવાય બીજુ કાંઈ નથી. તેમણે તે માંગ્યુ અને ફરમાવ્યું સિરકો ઉમદા શાક છે.

(સહીહ મુસ્લિમ, ઈબ્ને માજા)

હઝરત ઈમામ હાની રદિયલ્લાહુ અન્હા રિવાયત કરે છે કે અમારા ઘેર નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તશરીફ લાવ્યા અને પૂછયું કે શું તમારી પાસે ખાવા માટે કાંઈ છે ? મેં કહ્યું ના પરંતુ વાસી રોટી અને સિરકો છે. ફરમાવ્યું કે તેને લઈ આવો તે ઘર કદાપી પણ ગરીબ થશે નહિ, જેમાં સિરકો મોજૂદ હોય. (તિરમિઝી)

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે સિરકો એક ઉમદા શાક છે. હઝરત ઉમ્મે સઅદ રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે હું હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાના ઘરમાં મોજૂદ હતી અને તેઓએ એ ફરમાવ્યું. શું તમારી પાસે ખાવા માટે કાંઈ છે ? રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું ઉમદા શાક સિરકો છે. અય અલ્લાહ ! તું સિરકામાં બરકત નાખ. આ મારાથી પહેલા નબીઓનું શાક હતું. અને તે ઘર ગરીબ થશે નહિ. (ઇબ્ને માજા)

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

સિરકો ઠંડક અને ગરમીની એક સુંદર મિલાવટ છે. તે શરીરના દુષિત તત્વોને દૂર કરે છે. તે હ્દયને પ્રફુલ્લ કરે છે.. જઠરની બળતરા દૂર કરે છે. અને એસિડને હઠાવે છે. પિતને સમતોલ કરે છે. શરીરમાંથી ઝહેરી દવાઓની અસરોને દૂર કરે છે. શરીરમાં જામેલ લોહીને ઓગાળી વહેતુ કરે છે. બાળકવાળી ઔરતોનુ જે દૂધ અટકી ગયું હોય તો સિરકાનો લેપ અને સિરકો પીવાથી તે દૂધ નીકળતુ થઈ જાય છે. તે તરસને છીપાવે છે. પેટને નાનું કરે છે. બરોળને વધવા દેતો નથી. શરીરમાં સોજાની પ્રક્રિયાને રોકે છે. ખોરાકને હજમ કરે છે. ખૂન સાફ કરે છે. અને ગુમડાઓ અને ફુણસીને દૂર કરે છે. સિરકાને ગરમ કરી એમાં મીઠુ નાંખી પીવાથી મોંની ગંદકીને દૂર કરે છે. ગળામાં કડવાશ

બળતરા અને બોજને દૂર કરે છે. ગળાની રુકાવટને દૂર કરે છે. જે લોકોને છાતીમાં બોજ જેવું લાગતું હોય તેને આનાથી ફાયદો થાય છે.

ગરમ સિરકાથી કોગળા કરવાથી દાંતનું દર્દ દૂર થાય છે. અને પેઢાં મજબૂત થાય છે.

અલ્લામા મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ કહે છે કે સિરકો ગરમી અને ઠંડક બન્નેની અસર ધરાવે છે. પરંતુ તેમાં ઠંડક પૈદા કરવાનું તત્વ વધારે છે. તે જઠરની બળતરાને દૂર કરે છે. ગુલાબના અર્ક સાથે સિરકો મેળવી પીવાથી માથાના દુખાવામાં ફાયદો થાય છે. ખોરાકને પાચન કરવામાં મદદ કરે છે ગરમ પાણીની સાથે કોગળા કરવાથી દાંતનું દર્દ દૂર થાય છે તે બળતરાના કારણે હોય અથવા બીજા કારણોથી.

સિરકો લગાડવાથી જૂઓ મરી જાય છે. અને ખંજવાળ પર લગાડવો ફાયદાકારક છે. સિરકો અને ગુલાબનો અર્ક દાઝી ગયેલા માટે એક ઉમદા ઉપાય છે. ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ કહે છે કે તેનું લગાડવું બળતરાથી પૈદા થનાર સોજાઓમાં બેહદ ફાયદાકારક છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

નાસ્પતીથી બનાવેલ સિરકો શક્તિ આપનાર છે જાંબુ અને તાડીમાંથી બનાવેલ સિરકો બરોળનો સોજો ઉતારે છે. અને હિચકીને રોકે છે. પેટમાંથી વાયુને નિકાળે છે જંગલી ડુંગળીનો સિરકો આવાજને સાફ કરે છે. જઠરને શક્તિ દાયક બનાવે છે. તેના કોગળા કરવાથી પેઢા મજબૂત બને છે.

ખાધા પછી જઠરનું કામ શક્તિ વાળુ બની જાય છે. ખૂબ તરસની માત્રા ઓછી થઈ જાય છે. જે ખોરાક પાચન થતો નથી તેના માટે જો તેમની સાથે સિરકો લેવામાં આવે તો પચી જાય છે. અંજીર દરેક બે

દિવસ સુધી સિરકામાં પલાળી રાખી ખાવામાં આવે તો બરોળ વધી ગઈ હોય તો ઠીક થઈ જાય છે. કહેવામાં આવે છે કે બરોળમાં સિરકા માટે ખાસ રુચી છે. એ માટે સિરકાની જે પણ માત્રા પેટમાં જાય છે તે તુરત જ બરોળમાં દાખલ થઈ જાય છે. એ માટે તે દવાઓ જે બરોળના ઈલાજ માટે આપવામાં આવે તે તેમની સાથે સિરકો પણ સામેલ કરવામાં આવે ત્યારે અસર જલ્દી થાય છે.

સીરકો પીવાથી દારૂ અને અફીણનો નશો ઉતરી જાય છે. ઓપરેશન પછી ઉલ્ટી થાય તો રૂમાલને સિરકામાં પલાળી દર્દીના મોં પર મૂકવાથી ઉલ્ટી બંધ થઈ જાય છે.

પ્રાચીન હકીમોએ સિરકામાં પકવેલ ગોશ્ત જેને "સકબાજ" કહે છે. કમજોર શરીરવાળા માટે નુકશાન કર્તા બતાવેલ છે. પરંતુ કમળા માટે ફાયદાકારક છે. અને ભૂખ વધારે છે. ફેફસામાંથી નીકળનાર લોહી સિરકો પીવાથી બંધ થઈ જાય છે. મધની સાથે સિરકો મેળવી પીવાથી હૈઝનું દર્દ અને કમી દૂર થઈ જાય છે. શરીરના અધિક સ્થળોથી અંદરથી વહેનાર ખૂનમાં પીવડાવવું ફાયદાકારક છે.

સિરકો એક વખતે ઠંડો પણ છે અને ગરમ પણ છે. ખૂબ તરસમાં સિરકાની સાથે પાણી અને નમક મેળવી આપવાથી સાંત્વના વધુ સારી રીતે મળે છે. અને આજ નુસ્ખો લૂ (સનસ્ટોક)ના બચાવમાં પણ બેહદ ફાયદાકારક છે.

સિરકામાં ગંધક મેળવી લેપ કરવાથી સાંધાના દર્દમાં ફાયદો થાય છે. એક બીજા નુસ્ખા પ્રમાણે ગંધકના બદલે મીઠુ તેલ મેળવી માલિસ કરવું પણ ફાયદા કારક છે.

સિરકો ખોરાકની રીતે નબીની સુન્નત છે. શાકનાં પ્રકારમાં તો ઘણા સમય સુધી તેનો ઉપયોગ કર્યો છે.

ગરમ પાણીમાં મીઠુ અને સિરકો મેળવી કોગળા કરવાથી દાંતનું દર્દ દૂર થઈ જાય છે. આ ઉપાય વારંવાર કરવામાં આવે તો પેઢાના સોજાને પણ દૂર કરે છે. કોગળા કરવાથી ગળાના સોજામાં પણ ફાયદો થાય છે.



નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસો

પ્રાચીન સમયમાં મિસરની ઔરતો આંખોમાં સુરમો પોતાને ખૂબસૂરત બનાવવા માટે લગાડતી હતી. પરંતુ દવા તરીકે તેના ફાયદા બતાવવામાં હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પવિત્ર હુકમો જાહેર કર્યા. હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે તમારા સુરમાઓમાંથી શ્રેષ્ઠ અસમદ છે. તે દ્રષ્ટિને પ્રકાશિત કરે છે. અને વાળને ઉગાડે છે. (ઈબ્ને માજા, મસનદ અહમદ, તિરમિઝી વિગેરે)

આજ રિવાયત અહમદ તિરમિઝી અલ્હાકિમ અને ઝહબીએ સાલીમ બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી બયાન કરેલી છે. જેણે પોતાના વાલિદે મુહતરમથી સાંભળી.

હઝરત બુઝૈદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે ત્રણ વસ્તુઓ દ્રષ્ટિમાં વધારો કરે છે. અસમદનો સુરમો, લીલુ જોવું અને ખૂબસૂરત ચહેરાના દર્શન.

(અબુલ હસન ઈરાકી ફી ફવાઈદ)

હઝરત અબ્દૂર્રહમાન બિન નુઅમાન બિન મઅબદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન હવતુલૂ અન્સારી પોતાના પિતાશ્રી થી રિવાયત કરે છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યો કે અસમદનો રાહત આપનાર સુરમો રાત્રે સૂતી વખતે લગાવે. (અબુ દાઉદ)

અબુ ઉબૈદ આની તફસીરમાં બતાવે છે રાહત આપનાર (મરૂહ)નો અર્થ એ સુરમો છે. જેમાં કસ્તુરી મેળવવામાં આવી હોય.

સુરમો લગાડવા વિષે સુન્નતે નબવીની સાક્ષી હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ આ રીતે બયાન કરે છે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પાસે એક સુરમાદાની હતી. જેમાંથી તેઓ આંખમાં ત્રણ વખત સુરમો લગાવતા હતા. (ઈબ્ને માજા)

આ મુબારક અમલની વિગત તેમણે બીજી જગ્યાએ બયાન ફરમાવી છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ જ્યારે સુરમો લગાવતા ત્યારે જમણી આંખમાં ત્રણ સળીઓ લગાવતા તેની રીત એ હતી કે જમણાથી શરૂ કરતા અને તેના પર જ પુરૂ કરતા એવી રીતે ડાબી બાજુએ બે સળીઓ લગાવતા.

હઝરત અહમદ બિન હમ્બલ રદિયલ્લાહુ અન્હુની સ્પષ્ટતા મુજબ દરેક આંખમાં ત્રણ ત્રણ સળીઓ લગાવવામાં આવે. તેમની ફિકહ પર અમલ કરનાર પહેલા એક આંખમાં ત્રણ સળીઓ લગાડયા પછી બીજી આંખમાં ત્રણ સળીઓ લગાડતા હતા.

મુહદ્દિસીનના અનુભવો :- જે લોકો નિયમિત સુરમો લગાવે છે. તેમની દ્રષ્ટિ ઘડપણમાં પણ કમજોર થતી નથી.

ભારત સરકારના યુનાની દવા વિભાગના સંશોધન પ્રમાણે આંખો માટે સુરમો બનાવવાની ઉત્તમ રીત આ છે.

સુરમાના પથ્થરને પહેલા આગમાં રાખી લાલ કરવામા આવે પછી એક દિવસ વરસાદના પાણીમાં પલાળી રાખે પછી તે બાર કલાક ત્રિફલાના પાણીમાં ઉકાળે. ત્યાંથી નીકાળી સૂકવી નાખે. વરીયાળીના અર્કમાં એટલુ ખરલ કરે (લસોટે) પાતળા રેશમી કપડાથી છાણવાથી નીકળી જાય. હવે તે આંખોમાં લગાડવાને યોગ્ય બની ગયો.

જંગલી ફુદીનો

પ્રાચીન હકીમો તેને જંગલી ફુદીનાનો પ્રકાર ગણે છે. તેના પત્તા બજારમાં સઅતર ફારસીના નામથી મળે છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

સનદ વિના મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી રદિયલ્લાહુ અન્હુ એ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી ઝિક્ર કરેલ છે. પોતાના ઘરોમાં જંગલી ફુદીનો અને લોબાનની ધૂણી આપો.

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

પેટમાં એકઠી થયેલી હવા (ગેસ)ને બહાર કાઢે છે. ખાવાનુ હજમ કરે છે. ચહેરાના રંગને ચમકાવે છે. પેશાબ લાવે છે. જિગર અને પેટના કાર્યોને ઉત્તમ બનાવે છે. તેનો ઉકાળો પીવાથી પેટના તમામ કીડા મરી જાય છે: તેનું સુંઘવુ સળેખમમાં ફાયદાકારક છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

પ્રાચીન હકીમોએ મધનો એક ખાસ પ્રકાર જંગલી ફુદીનાનુ મધ વર્ણવેલ છે. જે પોતાના અધિક ફાયદા સિવાય બળતરા વાળા દર્દો અને શ્વાસની બીમારીઓમાં વધુ ફાયદાકારક છે. ગેસને બહાર કાઢે છે. લીંટ વિગેરે નાકમાંથી નીકાળે છે. રાત્રે સૂતી વખતે તેને અંજીર અને ગુલકંદની સાથે ખાવાથી નાકની પાછળના ભાગમાંથી કફ નીકળી જાય છે. અને એ રીતે તેને ફેફસામાં પડતી રોકે છે. તેને મધમાં મેળવી ચાટવાથી હૃદય અને ફેફસાનો સોજો ઉતરી જાય છે. અંજીરને પલાળીને નરમ કર્યો પછી તેને ઉકાળાની સાથે ખાવાથી ખાંસી અને દમ મટી જાય છે. પાચન શક્તિ વધે છે.

તેના ફુલ મીઠા (નમક) અને સિરકાની સાથે ખાવાથી ખાંસીમાં ફાયદો થાય છે. પેશાબ આવે છે. ગુર્દામાંથી પથરીને નીકાળી શકે છે. તેનો રસ કાનમાં ટપકાવાથી ઉંચા સાંભળવાના દર્દમાં ફાયદાકારક છે. તેને ચાવવાથી દાંતના દર્દો ઠીક થઈ જાય છે. શરદી અને તાવ આવતો હોય તેને દૂર કરે છે. અને પરસેવો થાય છે.

[illegible]

તેના પાંદડાનું તેલ દાંતને લગાડવાથી દરદ દૂર થાય છે. ડૉકટરો લવીંગનુ તેલ થાયમોલ અને ગ્લીસીરીન મેળવીને રાખે છે અને કાણાવાળા દાંતના કાણામાં સોજો ઉતારવા માટે ઉપયોગ કરે છે.

[illegible]

આધુનિક શોધ મુજબ એ વાત સાબીત છે કે એક શક્તિશાળી કીડા મારવાની દવા છે. જો તેને બાળીને ઘરમાં ધૂણી કરવામાં આવે તો તે માખીઓ અને મચ્છરો અને રંગીન કીડાઓને પણ હલાક કરી શકે છે.

[illegible]

કુસ્ત - કુસ્તુલ્બહરી

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદ

હઝરત ઝૈદ બિન અરકમ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે અમને રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યો કે પાંસળીઓનું દર્દ (પ્લૂરસીનુ દર્દ) નો ઈલાજ કુઠ (મીઠી કોઠ) થી અને ઝૈતુનના તેલ થી કરો.

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. તે વસ્તુઓ જેનાથી

તમે ઈલાજ કરો છો તેમાંથી પછને લગાવવા અને કુસ્તુલ બહરી (કુઠ) સર્વે શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે. (બુખારી, મુસ્લિમ, મસ્નદે અહમદ, તિરમિઝી વિગેરે)

હઝરત અનસ બિન માલિક રહમતુલ્લાહ અલયહિ ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. પોતાના બાળકોને ગળાની બીમારીમાં ગળુ દબાવીને અઝાબ ન દો જ્યારે કે તમારી પાસે કુસ્ત મોજૂદ છે. (બુખારી, મુસ્લિમ)

હઝરત જબ્બાંર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું અય ઔરતો ! તમારા માટે પસ્તાવાનું સ્થળ છે કે તમે પોતાની અવલાદને પોતે કતલ કરો છો. જો કોઈના બાળકના ગળામાં બળતરા થઈ જાય અથવા માથામાં દર્દ થાય તો કુઠને લઈને પાણીમાં રગડીને તેને ચટાડી દો (મુસ્તદર્કે અલ્હાકીમ અશ્શાશી વિગેરે)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું પોતાના બાળકના ગળાને બાળો નહી જ્યારે કે તમારી પાસે કુઠ અને વરસ મોજૂદ છે. તેને ચટાડયા કરો. (મુસ્તદર્ક અલ્હાકિમ)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી અબુ નઈમ ઇબ્ને અન્સીમી અને સંપાદક અબ્દૂર્રઝાકે આજ વિષયની અને સારાંશની પાંચ હદીસો પણ બયાન કરી છે. જેમાં શબ્દોના ફેરફાર સાથે આ જ નુસ્ખો બયાન કર્યો છે. હઝરત ઉમ્મે કૈસ મુહસન રદિયલ્લાહુ અન્હા બયાન કરે છે. હું પોતાના પુત્રને લઈને રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પાસે ગઈ તેને ગળામાં કાકડા ની બીમારી હતી. તેની નાકમાં બત્તી (વાટ) પડી હતી. અને ગળુ દબાયેલુ હતું. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ગુસ્સે થયા કે તમે પોતાના

બાળકને કેમ કષ્ટ આપો છો ? જ્યારે કે તમારી પાસે કુઠ મોજૂદ છે. જેમાં સાત બીમારીની તંદુરસ્તી છે. તે પ્લુરસીમાં પીવડાવવામાં આવે અને જ્યારે ગળાના કાકડામાં ચટાવવામાં આવે છે. (બુખારી)

ઈમામ બુખારી રહમતુલ્લાહ અલયહિ ને આ રિવાયત સુફયાન થી મળી જેમણે ઝુહરી અને ઉબયદુલ્લાહની મારફતે તેમણે ઉમ્મે કૈસથી રિવાયત કરી. ઝુહરી કહે છે કે મને સાત બીમારીઓમાંથી બે બીમારીનું નામ યાદ રહ્યું. તેમણે કદાચ બાકીનું વર્ણન કર્યું નહિ.

બુખારીની તમામ રિવાયતોમાં દવાઓમાં ઉદ હિન્દીનો ઉલ્લેખ છે બાકીની બીજી તમામ કિતાબોમાં દવાનુ નામ કુસ્ત હિન્દી અથવા કુસ્ત બહરી નો ઉલ્લેખ છે. (મીઠા કોઠ) ઉદ હિન્દી બિલ્કુલ બીજી વસ્તુ છે જેને અગર પણ કહે છે. અલ્લામા અનવરશાહ કાશ્મીરી રહમતુલ્લાહ અલયહિ આ હદીસની તફસીરમાં નક્કી કરેલ છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમનો હેતુ કુસ્ત હિન્દી જ છે. (મીઠી કોઠ) આ વિષય હેઠળ મીસરી આલિમ મહમૂદ નાઝિમ અન્સીમીએ પણ દલીલો કરતા અને ચર્ચા પછી અલ્લામા કાશ્મીરીને દલીલોને દૂરસ્ત (યોગ્ય) ગણી છે. બુખારીએ આ હદીસ સદકા બિન ફઝલની મારફત ઝુહરી અને ઉબૈદુલ્લાહ બિન અબ્દુલ્લાહથી બયાન કરી છે. જેમાં શબ્દોનો થોડો ફર્ક છે. એવું જણાય છે કે રિવાયતના સિલસિલામાં ઝુહરી અથવા ઉબૈદુલ્લાહ કુસ્ત હિન્દી અને ઉદ હિન્દીમાં ગબડી ગયા છે. આજ રિવાયત ઉમ્મે કૈસ બિન્તે મહસન રદિયલ્લાહુ અન્હુ બીજી જગ્યાએ આ રીતે રિવાયત કરે છે. (ઇબ્ને માજા)

આ જગ્યાએ રાવી ઉદ હિન્દી નું વર્ણન કર્યા પછી તેની સ્પષ્ટતામાં કુસ્ત નક્કી કરે છે. ઉમ્મે કૈસની એક રિવાયતમાં જોકે ઇબ્ને માજામાંજ બયાન કરેલી છે. દવાનુ નામ ઉદ હિન્દી છે. મોહતરમા ઉમ્મે કૈસ દવાના નામમાં ગભરાઈ ગઈ છે.

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાના ઘરમાં દાખલ થયા. તો તેમની પાસે એક બાળક હતું. જેનાં મોં અને નાકમાંથી લોહી નીકળતુ હતું. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પુછયૂ આ શું છે? જવાબ મળ્યો કે બાળકને જાજરૂની બીમારી છે. હુઝુર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે અય ઔરતો ! તમારા પર અફસોસ છે કે પોતાના બાળકોને આપ કતલ કરો છોં. ભવિષ્યમાં કોઈ બાળકને ગળામાં કાકડાની તકલીફ હોય અથવા તેના માથામાં દર્દ હોય તો કુસ્ત હિન્દીને વાટીને તેને ચટાવી દો. એવી રીતે એક રાત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાએ અમલ કરાવી દીધો બાળક તંદુરસ્ત થઈ ગયું.

મહિંદીના ફાયદા

ઈબ્ને કીમ કહે છે કે એના ફાયદા ખૂબ જ છે. અને લાજવાબ છે. તે કફને નીકાળીને ભવિષ્યની ઉત્પતીને રોકે છે. સળેખમને સારુ કરી દે છે. જો તેને પીવામાં આવે તો પેટ અને યકૃતની કમજોરી દૂર કરે છે. ઝેરને દૂર કરનારી છે. ચોથીયા તાવ માટે ફાયદાકારક છે. જો તેને મધ અને પાણીમાં મેળવીને રાત્રે ચહેરા પર લગાડવામાં આવે તો ચહેરા પરના ડાઘ દૂર કરે છે. જાલીનોસે તેને મરડાથી થતા દુખાવા અને પેટના કીડામાં ફાયદાકારક જોયું.

જયારે કે અંબિયા અલયહિસ્સલામનો બતાવેલો ઈલાજ અલ્લાહની 'વહી' પર આધારિત હોય છે. તેમાં કોઈ ભૂલની શકયતા નથી જે હકીમો તેમાં ભૂલ શોધે તેઓ પોતે જ ખોટા છે.

ઈમામ ઝુહબી કહે છે કે તે લકવામાં ફાયદાકારક છે. મર્દની વિર્ય શક્તિમાં વધારો કરે છે. સાંપના ઝેરને દૂર કરવાની દવા છે. તેનું સુંઘવું સળેખમમાં ફાયદો કરે છે. અને તેનું તેલ કમર દર્દમાં ફાયદાકારક છે.

હદીસોમાં તેનું ઝિક્ર પછને લગાવવાની સાથે મળે છે. મતલબ કે પછને લગાવવા ઉત્તમ ઈલાજ છે. જો કોઇ એવું ન કરી શકે તો પછી કુસ્તનો ઉપયોગ કરો. કાકડા અસલમાં ગળામાં આવેલ ગોસ્તના ભાગની બળતરા છે. જો તેમાં પરૂ થઇ જાય તો ઔરતો જુના જમાનામાં ગળામાં આંગળી નાંખી તેને દબાવી દેતી હતી. આવી રીતે દબાવવાથી તેમાં લોહી અને પીપ નીકળે છે. અને બાળક મોટી તકલીફમાં પડી જાય છે. આ લોહી જો શ્વાસનળીમાં દાખલ થઇ જાય તો શ્વાસ બંધ કરી શકે છે અથવા આ બળતરા પીપ ન્યુમોનિયાને લીધે પણ થઇ શકે છે.

પ્લૂરસીના બે પ્રકાર છે. તેમાં ગરમ ગરમ ઝૈતૂનના તેલની સાથે કુસ્ત આપવામાં આવે તો તુરંત ફાયદો થાય છે.

મસીહ કહે છે કે કુસ્ત શરીરના અવયવોને શક્તિ આપે છે. પેટના ગેસને દૂર કરે છે. સોજાને દૂર કરે છે. અને પ્લૂરસીમાં ફાયદાકારક છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

પ્રાચીન હકીમોએ કુસ્તને ચાર પ્રકારમાં વહેંચી છે. અરબી કુસ્ત આછી પીળી, સુંગધીદાર અને મીઠી હોય છે. અને તેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે અને તે ઉત્તમ છે. કુસ્ત જે અંદરના ઉપયોગમાં આવે છે તે શીરી છે. તે વાયુને દૂર કરે છે. સોજાને ઓગળાવે છે. શરીરના દર્દોમાં ફાયદાકારક છે. આ માટે તેનું તેલ પણ બનાવીને લગાવવું ફાયદાકારક છે. કારણ કે આ સ્નાયુને શક્તિ આપે છે. મગજ અને સ્નાયુને તાકત આપે છે. મગજની બીમારીઓ ખાસ કરીને લકવો, શરીરનું જકડાઇ જવું અને કંપવા (ધ્રુજારીના રોગ)માં ફાયદાકારક છે. પેટના કીડાને મારી નાખે છે. તેને મધ સાથે જોશ આપી ખાવાથી

શરીરની અંદરની અંદર આડ ખૂલી જાય છે. પેશાબ અને હૈઝની બંદીશ ખૂલી જાય છે. કફજન્ય માથાના દુખાવાને દૂર કરે છે. ગર્ભાશયનું દર્દ જતુ રહે છે. હૃદય, જિગર અને બરોળને શક્તિ આપે છે.

શરદી અને કફજન્ય બીમારીઓમાં સુધારો કરે છે. ખાંસીમાં અને દમમાં ફાયદાકારક છે. કબજીયાત ઝાડા ઉલ્ટીની બીમારી પછી અવયવોની સુસ્તીને દૂર કરવા માટે કુસ્તનો ઉકાળો મધ સાથે આપવો ફાયદાકારક છે. નબળી પાચન શક્તિ દૂર કરવા માટે કુસ્તની સાથે સુંઠ અડધો ચમચો ફાંકી લેવો. આનો પાવડર બમણા મધમાં મેળવીને ચાંટવાથી દમના હુમલા અને સખ્ત ખાંસીને ઓછી કરે છે.

પ્રાચીન સમયમાં બલ્કે રિસાલતના સમયમાં સ્ત્રીઓ માસીક પછી પોતાના શરીરને કુસ્તથી ધોતી હતી જેથી શરીરના અંદરની રહેલી ગંદકી દૂર થઇ જતી હતી.

આયુર્વેદિક અભ્યાસ

કુસ્તની જડનો પાવડર જેનો સ્વાદ ખરાબ હોય છે. પરંતુ દમના દર્દોને ઘટાડે છે. આ પાવડર પેટનો ગેસ, પેટના કીડા મારવા, શક્તિ આપનાર, કબજીયાત દૂર કરનાર અને વિર્ય શક્તિ વધારનાર છે. ક્ષય, ભૂખની કમી અને કમળામાં તેનો ઉપયોગ કર્નલ ચોપડાએ ફાયદાકારક જણાવેલ છે.

કાસની (ચીકોરી)

પ્રાચીન સમયથી કાસનીનો ઉપયોગ દવા તથા ખોરાક તરીકે કરવામાં આવે છે જંગલી કાસનીનું શરબત બાળકોની ખાંસી માટે ફાયદાકારક છે. કાસનીના પાંદડા, ફુલો, બીજ અને જડ દવા તરીકે ઉપયોગમાં લેવાય છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસો

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે તમારા માટે કાસની મોજૂદ છે. કેમકે કોઇ ઇન્સાન જન્નતની પાસેથી પસાર થતો નથી જયાં સુધી જન્નતના પાણીના ટીપાં તેના પર ટપકતા હોય.

આજ વાતને મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ અબૂ નઈમ ના હવાલામાં આ રીતે બયાન કરેલ છે. કાસની ખાવ તેને ઝાડવી નહી. કેમકે એવો કોઇ દિવસ પસાર થતો નથી જયારે કે જન્નતના પાણીના ટીપાં તેના પર ન પડતા હોય.

મુહમ્મદ બિન અબુ બક્ર કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ કાસનીની પ્રશંસામાં ત્રણ હદીસો રિવાયત કરી છે જેના વિશે તેનો અંદાજ મરફઅ છે (જે હદીસમાં રાવિયોનો ક્રમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ સુધી પહોંચે)

(૧) આ કાસનીને ખાવ અને તેના પાંદડાને ઝાડો નહિ (ખંખેરો નહિ) કેમકે એવો કોઈ દિવસ પસાર થતો નથી જયારે કે પાણીના ટીપાં તેના પર પડતા ન હોય.

(૨) જેણે કાસની ખાધી અને સૂઈ ગયો તેના પર ઝેર અને જાદૂની પણ અસર થશે નહી.

(૩) કાસનીના પાંદડાઓમાં એવું પાંદડું નથી જેના પર જન્નતનું પાણી ન પડયું હોય.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તેને ખાસ હાલતમાં કે અથવા બીમારીમાં ઉપાય સુઝવ્યો નથી. પરંતુ તેની અગ્રતાના પ્રકરણમાં એટલી વાત બતાવી દીધી કે તેના પાંદડાઓ પર જન્નતના પાણીના ટીપાંઓ રોજ પડે છે. એટલે કે આનો ઉપયોગ કરવામાં બરકત છે. જે ઉપયોગ કરે તેનાથી ફાયદો થશે. અત્યાર સુધી હકીમોએ તેનો ઉપયોગ સેંકડો પ્રકારની બીમારીઓમાં અજમાવેલ છે અને તેમાં તેઓ નિરાશ થયા નથી.

[illegible]

કાસનીના પાંદડાનો રસ નીચોવીને વિંછી કરડે તે જગ્યા પર લગાડવાથી દર્દ અને સોજો ઉતરી જાય છે. તેનો રસ આંખમાં નાંખવાથી મોતિયામાં ફાયદો થાય છે. મુહદ્દિસ ઈબ્ને કીમ કહે છે. આંખની સફેદીથી મોતિયા બંધ પણ થઈ શકે છે. આંખના સામવાળા કાળા ભાગ પર આવવાવાળી સફેદી જેને ફુલુ કહે છે તે પણ થઈ શકે છે. આ બન્નેમાં ફાયદાકારક છે. પ્રાચીન હકીમોએ તેના પાંદડા કુટીને આંખની ઉપર પોટીસ બનાવી બાંધ્યા છે. અને તેના પાંદડાને ગુલાબના અર્કમાં ખરલ કરીને સળીની સાથે આંખોમાં લગાવ્યા છે. પરંતુ મુહદ્દિસોએ કાસનીની જડના પાણીને આંખમાં લગાડવાનો ઉપાય બતાવ્યો છે.

કાસની તબીઅતમાં સુધારો કરે છે. તે ગરમીમાં તીવ્રતામાં વધારો કરે છે. અને શરદીમાંની ઠંડકને કાબુમાં રાખે છે. આંતરડાની બળતરાને દૂર કરી ઠંડક પહોંચાડે છે. પેટ માટે ફાયદાકારક છે. તેના પાંદડાઓને પકાવીને સિરકાની સાથે ખાવામાં આવે તો ઘણી બધી બીમારીઓમાં ફાયદાકારક છે. તેના પાંદડાઓને કાપીને સોજાવાળી જગ્યા પર બાંધવામાં આવે તો સોજો અને ખાસ કરીને પગની આંગળીઓમાં થતાં વાના દર્દના દુખાવાને દૂર કરે છે.

યકૃત અને પીતાશયની દિવાલોને ખોલે છે. લોહીની નસોની અડચણો દૂર કરે છે. યકૃત અને તેની નસોની અડચણોના કારણે જો કમળો થઈ ગયો હોય તો તેના પાંદડાનું પાણી ફાયદાકારક છે. આ હેતુ માટે જો તેને ખજૂરો સાથે મેળવવામાં આવે તો ફાયદો વધુ વધી જાય છે.

તેના પાંદડાને ધોઈને ઉપયોગમાં લેવા જાઈઝ નથી કેમકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પાંદડા પર જન્નતનુ પાણી ટપકવાની ખબર આપી છે. ઝેરની અસરોને દૂર કરે છે. બીજી દવાઓ કરતા કાસની વધુ અસરકારક છે. તેનાં પાણીમાં ઝૈતુનનું પાણી મેળવવામાં આવે તો દરેક પ્રકારના ઝેરમાં અને સાંપના ઝેરનો પણ ઈલાજ છે.

[illegible]

કાસનીના પાંદડા કબજિયાતો દૂર કરે છે. તેને ચાવવાથી મોંમાથી નીકળતુ લોહી બંધ થઈ જાય છે ૯ માસા પાંદડા અથવા ફૂલો તે ઠંડા પાણી સાથે ખાવાથી અંદરથી આવવાવાળુ લોહી પણ બંધ થંઈ જાય છે. ખાંસી માટે અકસીર નથી પરંતુ પેટનું ફુલી જવું અથવા યકૃતની ખરાબીની સાથે જો ખાંસી હોયતો તેનાથી વધુ સારી બીજી કઈ દવા નથી.

જો પેટમાં બળતરા થતી હોય તો જવ સાથે લેવાથી ફાયદો આપનાર છે. ઝાડા, આંતરડાની ચૂંક મટાડે છે. તેની સાથે થોડી વરીયાળી મેળવી લે તો ફાયદામાં વધારો થાય છે. ગુર્દા અને પેશાબની નળીઓમાં અડચણોને દૂર કરે છે. એ માટે પેશાબ થવા સિવાય પથરીઓને પણ કાઢે છે. જલંદરના રોગમાં ફાયદાકારક છે.

કાસનીનાં લીલા પાંદડાનું પાણી, સિરકો અને સંદલ મેળવીને માથા પર લગાડવાથી માથાનું દર્દ મટી જાય છે. પાંદડાના ઉકાળામાં સિરકો અને મીઠુ મેળવી ને કોગળા કરવાથી મોંની બળતરા અને ગળાનો સોજો જતો રહે છે. કાસનીના બીજ વાટીને વરીયાલીની સાથે ઉકાળીને શરબત બનફશા પીવાથી રાત્રે ખૂબ ઊંઘ આવી જાય છે. પિતાશયના પીતને દૂર કરે છે. અને મોંમાંથી આવતુ લોહી બંધ થઈ જાય છે.

કાસનીની જડને વિચ્છુએ ડંખ મારેલ હોય તેના પર વાટીને લગાડવાંથી જલ્દી આરામ થઈ જાય છે. કાસનીનો અર્ક હોજરી અને ગુર્દાનાં સોજામાં ફાયદાકારક છે. તેને પીવાથી પેશાબમાં આવતુ લોહી બંધ થઈ જાય છે.



પ્રાચીન સમય થી અથાણું નાંખવા અને પેટની બીમારીઓના ઉપયોગમાં આવે છે. તેને કાળીજીરી પણ કહે છે.

નબવી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસો

હઝરત અબુ હૂરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે મેં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ફરમાવતા સાંભળ્યા છે કે કાળા દાણામાં દરેક બીમારીની શિફા છે મૌત સિવાય અને કાળા દાંણાવાળી કલૂંજી છે. (બુખારી, મુસ્લિમ, ઇબ્ને માજા, મસ્નદે અહમદ)

સાલિમ બિન અબ્દુલ્લાહ પોતાના વાલિદ મોહતરમ હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે તમે તમારા ઉપર આ કાળા દાણાને જરૂરી બનાવી લો કે તેમાં મૌત સિવાય દરેક બીમારીની શિફા છે. (ઇબ્ને માજા)

આ રિવાયત મસ્નદે અહમદમાં હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી ઇબ્ને જવઝી અને તિરમિઝીમાં અબુ હુરૈરાહથી રિવાયત થયેલી છે.

હઝરત અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે કલૂંજીમાં મૌત સિવાય દરેક બીમારીનો ઈલાજ છે. (ઇબ્ને અસ્સુની)

આ જ પ્રકારની એક આવી જ રિવાયત અબ્દુલ્લાહ બિન બુરૈદહ પોતાના વાલિદથી કલૂંજીની પ્રશંસામાં બયાન કરી છે. જેને મસ્નદે અંહમદની રિવાયત છે.

હઝરત બુરૈદહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું બીમારીઓમાં મૌત સિવાય એવી કોઈ બીમારી નથી જેના માટે કલૂંજીમાં શિફા ન હોય. (મુસ્લિમ)

સીરતની કિતાબોમાં ઉલ્લેખ છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પોતે જાતે તિબ્બી જરૂરીયાત માટે કયારેક કયારેક કલૂંજી ખાતા કરતા હતા. પરંતુ તેઓ તેને મધના શરબતની સાથે ખાતા હતા.

ખાલિદ બિન સઅદ બયાન કરે છે કે હું ગાલિબ બિન જુબૈરની સાથે પ્રવાસમાં હતો તેઓ રસ્તામાં બીમાર પડી ગયા. અમારી મુલાકાત માટે ઈબ્ને અલી અતીક (હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાના ભત્રીજા) તશરીફ લાવ્યા. દર્દીની હાલત જોઈને ફરમાવ્યું કલૂંજીના પાંચ સાત દાણા લઈને તેને વાટી લો પછી તેને ઝૈતુનના તેલમાં મેળવીને નાકની બન્ને બાજુ નાંખો કેમકે અમને હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાએ બતાવ્યું છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ ફરમાવતા હતા કે આ કાળા દાણામાં દરેક બીમારીની શિફા છે પરંતુ સામથી, મેં પૂછયું સામ શું છે. તેમણે કહ્યું મૌત આ ઈલાજથી ગાલિબ બિન જુબૈર તંદુરસ્ત થઈ ગયા. (બુખારી, ઈબ્નેમાજા)

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

ઝુહબી રદિયલ્લાહુ અન્હુ કહે છે કે કલુંજી શરીરના કોઈ ભાગમાં અડચણ હોય એટલે કે સુકાહ (ગાંઠને) દૂર કરે છે. મંદ તાવને જડમૂળમાંથી દૂર કરે છે. હોજરીને મજબૂત કરે છે. હૈઝ-(ઔરતોનું માસિક) દૂધ અને પેશાબ લાવે છે. તેને વાટીને સિરકામાં મેળવીને ખાવામાં આવે તો પેટના કીડાઓને મારી નાંખે છે. અને જુના સળેખમ (નાકની શરદી)માં ફાયદા કારક છે. તેને ગરમ કરી સુંઘવું પણ સળેખમમાં ફાયદાકારક છે.

જો તેનું તેલ કાઢીને ટાલ પર લગાવવામાં આવે તો વાળ ઉગે છે. વાળ જલ્દી સફેદ થતા નથી તેનો અડધો ચમચો વાટીને પાણીમાં મેળવીને પીવાથી દમમાં ફાયદાકારક છે.

કલૂંજી લગાતાર ખાવાથી પાગલ કુતરાના ઝહેરની અસર દૂર થઈ જાય છે. તેનો ધુમાડો શ્વાસની તકલીફને દૂર કરે છે. રોટલીની સાથે ખાય તો પેટમાં હવા ભરાતી નથી. સળેખમ, લકવો, આધાશીસી, ભુલી જવું, ચક્કર આવવા, ગભરાહટમાં ફાયદાકારક છે.

કલૂંજીની પ્રતિષ્ઠા પર ઈબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ કહે છે કે અલ્હરબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ હઝરત ઈમામ હસન રદિયલ્લાહુ અન્હુની સનદથી તેને રાઈ ગણી છે (રાઈ આપણા ત્યાં અળસીને કહે છે જે તદ્દન જુદી વસ્તુ છે.) પરંતુ આ કલૂંજી છે. અને તેમાં કોઈ ભુલ નથી. પેટ ફુલી જવાની બીમારીને દૂર કરે છે. પેટમાંથી કીડાઓ કાઢે છે. તાવને ઉતારે છે. કફ બહાર કાઢે છે. ગાંઠ (અડચણો) ખોલે છે. જો તેને વાટીને ગરમ પાણીમાં મધના શરબતની સાથે પીવામાં આવે તો ગુર્દાની પથરીને નીકાળી દે છે. તેના વધારે ફાયદામાં દૂધ - હૈઝ - અને પેશાબ ને ખોલીને લાવવું સામેલ છે. સળેખમમાં તેનું સુંઘવું અને પીવું ફાયદાકારક છે. તેના બીજને વાટીને દૂધમાં મેળવીને પીવાથી કમળામાં ફાયદો થાય છે. તેને લગાતાર ખાવાથી લકવો દૂર થાય છે તેનો ઉકાળો પીવાથી બવાસીર (મસા) મટી જાય છે.

કલૂંજીને સિરકામાં પકાવીને તેના કોગળા કરવાથી પેઢાની બળતરા અને દાંતોનું દર્દ મટી જાય છે. આંખોમાં વાટીને નાંખવાથી શરૂઆતનો મોતિયો હોય તો ઠીક થઈ જાય છે. ઝૈતુનના તેલમાં કલૂંજીને ઉકાળીને ગાળીને થોડાં ટીપા કાનમાં નાંખવાથી તેની બળતરા ઠીક થઈ જાય છે. નાકમાં ટીપા નાંખવાથી સળેખમમાં ફાયદા કારક છે.

[illegible]

શરદીની ખાંસી, માથાનું દર્દ, જલંદર અને મોટા આંતરડાની પીડામાં ફાયદાકારક છે. પેટમાંના કીડાને બહાર કાઢે છે. જો ઉલ્ટીમાં પીપ પડતુ હોય તો, બરોળમાં સોજો હોય અથવા શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડતી હોય તો કલૂંજીથી જલ્દી ફાયદો થાય છે. તેને પાણીમાં પકાવીને મધ મેળવીને પીવાથી પેશાબની થેલીની (મુત્રાશયની) પથરી નીકળી જાય છે. જો તેને નરણા કોઠે ઝૈતુનના તેલ સાથે ખાવામાં આવે તો ચહેરાનો રંગ લાલ થઈ જાય છે. તેને ગરમ કરીને સુંઘવાથી સળેખમનું દર્દ દૂર થઈ જાય છે.

કલૂંજીના ઉપયોગથી ખાટા ડકાર આવતા હોય તે બંધ થઈ જાય છે. તેને સિરકામાં પલાળીને સુકવીને સાત ગ્રામ ખાવાથી હડકાયા કુતરાના ઝેરની અસર દૂર થઈ જાય છે.

વૈદકમાં કલૂંજી ખુબ મકબૂલ છે. તેના નિરીક્ષણો એ છે કે પેટના વાયુના દર્દો દૂર કરે છે. નબળી પાચન શક્તિ, અપચાનો ઉપાય છે. ઔરતોના દૂધમાં વધારો કરે છે. ફણસીઓનો ઉપાય છે. જોકે તે બાળકને પેટમાંથી બહાર નીકાળી દે છે. એ માટે ગર્ભવતી સ્ત્રીઓને દેવી જોઈએ નહિ. તેનો ત્રણ માસા પાવડર માખણ મેળવી ચટાવવાથી હિચકી બંધ થઈ જાય છે. પેશાબની રૂકાવટ દૂર થાય છે.

સિરકો અને કલૂંજી લગાડવાથી મસા પડી જાય છે. કલૂંજી અને હબ્બુરરિશાદ (એક દાણો જે દવામાં વપરાય છે.) ને સિરકામાં ઉકાળીને ટાલ પર લગાડવાથી વાળ ઉગે છે. તેની ધુણીથી ઝેરીલા કીડા ભાગી જાય છે. ગરમ કપડામાં રાખે તો કપડામાં કીડા પડતા નથી. શનોબરની લાકડી (ચીડના ઝાડની લાકડી) ના વેર સાથે કલૂંજીને ઉકાળીને દાંતો પર લગાડવાથી દર્દ જતુ રહે છે.

આધુનિક અભ્યાસ

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કલૂંજી ને દરેક બીમારીમાં તંદુરસ્તી બતાવી છે. આ સિધ્ધાંતને સામે રાખીને ડાયાબીટીસના દર્દીઓને ત્રણ ભાગ કલૂંજી અને એક ભાગ કાસનીના બીજ મેળવીને નાસ્તા પછી એક નાનો ચમચો આપવામાં આવ્યો એક અઠવાડીયામાં લોહીમાં ગ્લુકોસની માત્રા ઓછી થવા લાગી. પેશાબમાં સાકર ખતમ થઈ ગઈ. અત્યાર સુધી ઘણા દર્દીઓ પર આ ઈલાજથી ઘણા સારા પરીણામ સાથે ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. પરંતુ ડાયાબીટીસ માટે તેને સંપૂર્ણ તંદુરસ્તી આપવા માટે ગણવું સમયના પહેલા છે. ઘણા અનુભવની જરૂરત છે. તેના બીજનું દૂધ ઉતારવા હૈઝનું ખૂન વધારનાર પેશાબ લાવવાના માટે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.

પેટમાંથી ગેસ કાઢવા માટે અને અપચા માટે ફાયદાકારક છે. કલૂંજીની સાથે કુસ્ત (શીરી)માં મેળવીને નાસ્તો અને રાતના ખાણા પછી આપે તો મરૂડા સિવાય દમમાં પણ ફાયદાકારક છે. દમના દર્દીઓ જેમને બીજી દવાઓથી અસર થતી ન હતી તેમને કલૂંજીની મિલાવટથી ફાયદો થવા માંડ્યો.

કુસ્ત (શીરી) શરીરની કમજોરી માટે ઘણી સારી દવા છે. પરંતુ કેટલીક વખત તેના એકલાથી અસર થતી નથી. એવામાં હૂબ્બુરરિશાદ અને કલૂંજી જ્યારે પણ મેળવવામાં આવી તો જલ્દી ફાયદો થઈ ગયો.

લોબાન

મુહદ્દીસીને ગુગળ અને લોબાનને એક જ વસ્તુ ગણવાના પ્રયત્નો કર્યા છે. જોકે તે બન્ને વસ્તુઓ જુદી છે. લોબાનને અંગ્રેજીમાં બેન્ઝોઈન અને ગુગળને ઓલીબાન્યુમ કહે છે.

ઇબ્ને કીમ આદાબે શાફઈની સનદથી હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુની ઝબાનથી નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની મજલિસનો એક બયાન વર્ણવ્યો છે.

એક શખ્સે તેમની ખિદમતમાં યાદશકિત ની ખરાબીની ફરીયાદ કરી. આપે ફરમાવ્યું રાત્રે ગુગળને પાણીમાં પલાળવામાં આવે સવારે નરણા કોઠે તેનું પાણી પી જાય. કેમકે આ ભુલી જવા માટે ઉત્તમ દવા છે.

જેમણે સવારે નરણા કોઠે તેને સાકરમાં મેળવીને પીધું અને ફરમાવ્યું કે આ પેશાબની તકલીફ અને પાચન શક્તિ ઓછી હોય તેના માટે ઉત્તમ છે.

ગુગળ અને લોબાન બન્ને પૈશાબ કરાવનાર અને દુર્ગંધને દૂર કરનાર છે. એ માટે શકય છે કે તેઓએ લોબાન અને ગુગળમાંથી એક ને પસંદ કર્યો હોય. પરંતુ જ્યાં સુધી પાચન શક્તિની ખરાબીનો પ્રશ્ન છે. તે માટે કેવળ ગુગળ ફાયદા કારક છે. જ્યારે કે લોબાનને અવયવોની વ્યવસ્થામાં આવા કોઈ પણ પ્રકારની અસર નથી. કેમકે આ બન્ને વિશે તેઓ પોતે ફરમાવે છે.

એ માટે આ બન્નેમાં ફાયદા અને અસરોમાં કોઇ ફર્ક કહી શકતા નથી.

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

ગુગળ ફાયદાકારક હોવાની સાથે તે નુકશાન કારક નથી. તે શરીરના કોઈપણ ભાગમાં ચોટ (પ્રહાર) અથવા બીમારીને કારણે જામી ગયેલ લોહીને દૂર કરે છે. જોકે દુર્ગંધને દૂર કરે છે તે માટે ઝાડાનો રોગ (પાતળા ઝાડા થવા) (સંગ્રહણી)ને દૂર કરે છે. ઘા ભરે છે. ખાસ કરીને આંખના ઘા અને સોજા તેનાથી ઠીક થઇ જાય છે.

ગુગળને ગરમ પાણીમાં મેળવીને તેના કોગળા કરવામાં આવે તો મોંના ઘા ખાસ કરીને જીભની બળતરા અને સોજાને દૂર કરે છે. તેના

ગરારા (ગળામાં પાણી નાંખવું) કરવાથી ગળામાં બળતરા વિગેરે થતાં નથી મસોડાના ઘા ભરાઈ જાય છે. યાદ શક્તિમાં વધારો થાય છે. અને શ્વાસમાં સુગંધ આવે છે.

[illegible]

ગુગળની લાકડી હંમેશા લીલી રહે છે કેમકે તેમાં તેલ હોય છે. બે વર્ષમાં પણ સુકાતી નથી. તેને એક મીઠું ફળ પણ લાગે છે.

વૈદોએ તેના કાળા પ્રકારને ભીન્સીયા ગુગલ અને બીજા પ્રકારને હીરા ભીન્સીયા ગુગલ નામ આપેલ છે. વૈદકમાં તેને કકરૌંદાં (એ નામનું વૃક્ષ અથવા તેનું ફળ) પાણીની સાથે ખરલ કરીને પાણીમાં મેળવીને બવાસીર (મસા)માં ઉપયોગમાં લેવાની ભલામણ કરવામાં આવી છે. (ત્રિફળા અને ગુગળનું માજુન (ચાટણં) વૈદકના નુસ્ખા પ્રમાણે ગુગળને બે ગણા ગાયના ઘીમાં નાંખીને પકાવી તે પછી જે નીચે બેઠેલ અસલ વસ્તુને નીકાળી લે છે. તેને વધુ નુસ્ખામાં ભેળવી ઉપયોગમાં લેવાય છે.)

અવયવોના દર્દોમાં ગુગળ નો અધિક ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. જ્યારે લકવાના કારણે શરીરનો કોઈ અવયવ નકામો થઈ જાય છે. ત્યારે ગુગળનો ઉપયોગ લોહીની રૂકાવટ (અડચણ)ને દૂર કરીને બીજી વખત તેને વહેવડાવે છે. અને કાર્ય કરવાની શક્તિ પાછી લાવે છે. માથાના દર્દમાં ફાયદા કારક છે. કંઠમાળ, જુની ખાંસી, ફેફસાનાં સોજાના દર્દમાં લાભ દાયક છે. ગળાના સોજાને દૂર કરે છે. બવાસીર માટે તેનું ખાવું અને ધૂણી બન્ને ફાયદા કારક છે. મસોડાની બળતરને દૂર કરે છે. ગુર્દા અને મુત્રાશયની પથરી નીકાળી શકે છે. પૈશાબ કરાવનાર છે દૂધ વધારે છે.

વૈધ તેને ભુખ વધારવા, કમજોર સંભોગ શક્તિ, ગાંઠોને ઓગાળવાના કામમાં ઉપયોગ કરે છે. સુંઠના ઉકાળાની સાથે ગુગળ કમજોર પાચન શક્તિ માટે અને કાળામરી અને કડવી સુરંજાન (એક જાતની દવા) સાથે વાના દર્દમાં આપવામાં આવે છે.

નારીયેળીના તેલમાં બનાવેલ મલમ સડેલા ઘાને સારા કરી દે છે. આધુનિક સંશોધને ચામડી પર જ્યારે ઘા, દુર્ગંધ હોય ત્યારે દુર્ગંધ દૂર કરવાની અસરો ઘણી ફાયદાકારક રહે છે. તે પીપને નાબુદ કરી દે છે. અને જલ્દીથી ઘા ભરવામાં મદદ કરે છે. તેનું મલમ કોઢના ઘા પર પણ ફાયદાકારક છે.

આ સ્નાયુઓ માટે શાંતિ આપનાર અને હલનચલન કરાવનાર છે. તેનો કડવો સ્વાદ ભૂખ વધારનાર છે. અને પેટમાંથી ગેસ બહાર કાઢે છે.

તેની ધૂણી ક્ષય, જુની ખાંસી એક બીમારી સલ (ફેફસામાં ઘા થઈ જાય છે.) ગળાની બળતરા અને બવાસીરમાં ફાયદા કારક છે. તેની ધૂણીથી ઘરમાં રહેલા કીડાઓ મરી જાય છે. તેનાથી રોગની પ્રતિકાર શક્તિમાં વધારો થાય છે. લોહીમાં સફેદ કણો વધે છે. તેના કોગળા કરવાથી મસોડાના ઘા ભરાઈ જાય છે. ગળાની બળતરા દૂર થાય છે.

લોબાન

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસો

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન જાફર રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું છે કે પોતાના ઘરોમાં લોબાન અને શીહ (એક દવા) ની ધૂણી દેતા રહો.

(બયહકી વિગેરે)

એક બીજી રિવાયતમાં ઈરશાદ છે. પોતાના ઘરોમાં લોબાન અને જંગલી ફુદીનાની ધૂણી આપ્યા કરો

મુહદ્દીસીનના અનુભવો

લોબાન કબિજીયાતને દૂર કરનાર છે. તેમાં ફાયદા વધારે અને નુકશાન ઘણું જ ઓછું છે. હોજરીના દર્દોને દૂર કરે છે. ઝાડાના રોગમાં ફાયદા કારક છે. ખોરાકને હજમ કરે છે અને પાચન શક્તિ વધારે છે. કફ નીકળી ગયા પછી તેની ઉત્પત્તિને ઓછી કરે છે.

જો લોબાન અથવા તેની સાથે જંગલી ફુદીનાને મેળવી કોગળા કરવામાં આવે તો ગળાની બળતરામાં ફાયદો થાય છે. જીભ પરના ઘા ભરાઈ જાય છે. યાદશક્તિમાં ફાયદો કરે છે.

સડી ગયેલા ઘા પર લોબાનનો ઉપયોગ બળતરાને દૂર કરવાની સાથે તંદુરસ્ત ગોશ્ત ઉગાડવાનું કારણ બને છે. તેની ધૂણી ઘરને સુગંધીદાર બનાવે છે. અને ચેપીરોગોને ખતમ કરે છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

આર્યુવેદિક પુસ્તકોમાં લોબાનનું વર્ણન મળતુ નથી યુરોપમાં સને ૧૩૯૯ થી જાણકારી મળી છે.

પાચન શક્તિ હૃદય અને વિર્ય શક્તિ આપે છે. ભૂખ વધારે છે. ગેસ દૂર કરે છે શરદી ખાંસીમાં ફાયદા કારક છે. કફ બહાર કાઢે છે. ખાવાથી અથવા લગાડવાથી દાંતોનું દર્દ દૂર થઈ જાય છે. શરદી સળેખમમાં ફાયદા કારક છે. તેને ખાવાથી મુત્રાશયની બળતરા દૂર થઈ જાય છે. ક્ષયમાં ફાયદા કારક છે.

ઝૈતૂનના તેલમાં મેળવી કાનમાં નાખવામાં આવે તો દર્દ દૂર થઈ જાય છે. તેની ધૂણી કીડા મકોડાને ભગાડી મૂકે છે.

આધુનિક ઉપયોગ

ટીંચર બેન્ઝોઈન ઉકળતા પાણીમાં મેળવીને જૂની ખાંસી ગળાની બળતરાના દર્દીઓને તેની વરાળ આપવામાં આવે છે. દિવસમાં બે ત્રણ વખત વરાળ લેવાથી એકઠો થયેલો કફ બહાર નીકળી જાય છે. શ્વાસ લેવો પણ મુશ્કેલ હતો તે રાહત અનુભવે છે.

રૂ પર ટીંચર બેન્ઝોઈન લગાડી ઘા પર લગાડવાથી તે રૂ ચોંટી જાય છે. અને દુર્ગંધ સડો દૂર કરે છે. અને તેના સિવાય ઘા ભરી દે છે. અને તેને લગાડવાથી અવાર નવાર પટ્ટી લગાડવાની જરૂરત પડતી નથી.

લોબાનની ધૂણીથી મચ્છર, માખીઓ, છીપકલીઓ હલાક થઈ જશે એ ઉપરાંત જરાસીમ (જંતુઓ) પણ ખતમ થઈ જશે. આ ધૂણી દરમ્યાન ઓરડામાં ખાવાવાળા જો હાજર હશે તો તેમની શ્વાસ નળીઓ પણ જંતુથી પાક થઈ જશે. કમભાગ્યે અત્યાર સુધી એ વિશ્વાસ થઈ શકયો નથી કે હમારા નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના નુસ્ખા બીજાથી દરેક સ્થિતિમાં શ્રેષ્ઠ છે.

લસણ

કુર્આને કરીમમાં લસણનાં વર્ણન વિશેમાં વિરોધનો મસ્અલો છે.

વ ઇઝ કુલ્તુમ યા મૂસા લન નસબિરા અલા તઆમિંવ વાહિદિન ફદઉ લના રબ્બક યુખરિજ લના મિમ્મા તુમ્બિતુલ અરદુ મિમ બકલિહા વ કિસ્સાઇહા વ ફૂમિહા વ અ-દસિહા વ બ-સલિહા કાલા અતસ્તબદિલૂનલ લઝી હુવા અદના બિલ્લઝી હુવા ખૈર.

(સુરએ બકરહ આ નં ૬૧)

(અર્થ અને જયારે તમે કહયું અય મૂસા અમારાથી તો એક જમણ પર કદાપી સબ્ર નહિ થાય તો તમે તમારા રબ પાસે દુઆ કરો કે જમીનની ઉગાડેલી વસ્તુઓ અમારા માટે કાઢે અમુક ભાજી અને ચીભડાં અને ઘઉં અને મસુર અને ડુંગળી ફરમાવ્યું શુ હલ્કી વસ્તુને શ્રેષ્ઠના બદલામાં માંગો છો.)

આ આયતમાં ફૂમ નો અર્થ કેટલાક તફસીરકારો લસણ કરે છે. તફસીરકારોમાં મુજાહિદ રહમતુલ્લાહ અલયહિ 'ફૂમ' ને લસણ ગણેલ છે. કેટલાક ઉર્દૂ ભાષાંતરોમાં પણ આવું જ છે. હઝરત અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુના કેટલાક હવાલાથી પ્રાચીન અરબના શાયરોએ 'ફૂમ' ને ઘઉં ગણેલ છે. કબીલા બની હાશમની મક્કી લુગાત (શબ્દ કોષ) માં 'ફૂમ' ઘઉંના આટા માટે વપરાય છે. પરંતુ તે ડુંગળી છે. અને તેની સાથે લસણને સામેલ સમજવામાં આવે છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસો

અબ્દુલ અઝીઝ હઝરત અનસ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી પૂછયુ કે તમે લસણ વિશે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી શું સાંભળ્યું તેમણે ફરમાવ્યું કે જો કોઈ તેને ખાય તે અમારી મસ્જિદના નજીક પણ ન આવે. (બુખારી)

આજ રિવાયત અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન ઉમર અને અબ્દુલ્લાહ બિન ઝૈદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી તયાલસીએ પણ આપી છે. બીજી રિવાયત હઝરત અબુબકર રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી પણ છે.

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન અબ્દુલ્લાહ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યોકે જે કોઈ લસણ અથવા ડુંગળી ખાય તે દૂર રહે અથવા ફરમાવ્યુંકે અમારી મસ્જિદમાં ન આવે. (બુખારી)

અબૂ અય્યુબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં જ્યારે કોઈ ખાણું આવતું તેઓ તેમાંથી ખાવ્યા પછી બાકીનુ મને આપી દેતા. એક દિવસે એ થાળી એવી આવી જેમાંથી તેઓએ કાંઈ ન ખાધું હતું કેમકે તેમાં લસણ હતું. મે પૂછયું કે શું આ હરામ્ છે ? ફરમાવ્યું નહિ પરંતુ મને તેની બૂ પસંદ નથી. જે વસ્તુ થી તેઓ નફરત કરતા હતા તે હું પણ કરૂં છું. (મુસ્લિમ)

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે જેઓ લસણ અને ડુંગળી ખાય છે. અમારા નજીક ન આવે અથવા ફરમાવ્યું કે અમારી મસ્જિદમાં ન આવે અથવા પોતાના ઘરમાં બેસે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પાસે એક હાંડી લાવવામાં આવી હતી. જેમાં ઘણા પ્રકારની શાકભાજીઓ હતી. તેની બૂ નો અનુભવ કરી ફરમાવ્યું. આને ફલાણા સાહબની પાસે લઈ જાઓ તેઓ ખાઈ લે કેમકે હું આવા લોકોથી કાનાફુશી કરું છુ. જેનાથી તમે કરતા નથી. (બુખારી, મુસ્લિમ)

હઝરત અબૂ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું ડુંગળી, લસણ અને ગન્દના (લસણ જેવી એક વનસ્પતિ) થી મનાઈ ફરમાવી. (તયાલસી)

ગન્દના જંગલી લસણનાં પ્રકારમાંથી છે. તેની પણ મુશ્કેલી છે.

આ મસ્અલામાં અલી સઈદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ થી એક વિગતવાર રિવાયત કરે છે.

જેણે આ નાપાક છોડથી કાંઈપણ ખાધું અમારી મસ્જિદમાં ન આવે. અય લોકો ! હું એવી કોઈપણ વસ્તુને જેને અલ્લાહે હલાલ કરી હરામ કરતો નથી પરંતુ મને આ ઝાંડ તથા તેની દુર્ગંધ પસંદ નથી. (મસ્નદે અહમદ, મુસ્લિમ)

મસ્નદે અહમદ અને તીબરીએ તેને અબી સુઅલબાથી પણ રિવાયત કરી છે.

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ રિવાયત કરી છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું જેણે આ શાકભાજી એટલે ડુંગળી, લસણ, ગન્દના અને મૂલી ને ખાધી અમારી મસ્જિદમાં ન આવે. (તયાલસી)

હઝરત લોબાન રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું આવા બેહુદા છોડ એટલે લસણને ખાય, તેઓ પોતાના ઘેર બેસી રહે. (નિસાઈ)

હઝરત અલી સઈદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ લસણ વિશે શર્ત નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની મુબારક જીભથી આ રીતે બયાન કરે છે.

તમે તેને ખાઓ છો. તમારામાંથી જેણે તેને ખાધું હોય તેઓ મસ્જિદના નજીક ન આવે, જોકે તેના મોંમાંથી આ લસણની બદબુ ચાલી ન જાય. (અબૂ દાઉદ)

ઉમ્મે અય્યુબ રદિયલ્લાહુ અન્હા કહે છે કે મેં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ માટે ખાવાનું તૈયાર કર્યું. જેમાં કેટલીક શાકભાજી (લસણ વિગેરે) હતી. તેમણે તે ન ખાધી અને ફરમાવ્યું કે હું પસંદ કરતો નથી. કે મારા મોંમાંથી દુર્ગંધ આવે. અને લોકો પરેશાન થાય. (ઈબ્ને માજા)

મઅદાન બિન અલી તલ્હા યઅમરી બયાન કરે છે કે એક જુમ્આવાળા દિવસે હઝરત ઉમર બિન ખત્તાબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ખુત્બો આપવા માટે મીમ્બર પર ચઢયા અલ્લાહ તઆલાની હમ્દો સના પછી ફરમાવ્યું અય લોકો ! તમે આ બે શાકભાજી ને ખાઓ છો. જેના દરેક પ્રકારને નાપાક ગણ્યું છે. એટલેકે આ લસણ અને આ ડુંગળી નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના સમયમાં ખાતો હતો અને તેના મોંમાંથી દુર્ગંધ આવતી હતી. ત્યારે તેનો હાથ પકડીને શહેર બહાર બકીઆના

તરફ નીકાળી દેવામાં આવતો. જો તમારે તેને ખાવી જ હોય તો તેને રાંધીને ખાવ. આ રીતે તેની દુર્ગંધ ઓછી થઇ જાય છે. (ઇબ્ને માજા)

હઝરત જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ કહે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ત્યાં કેટલાક લોકો આવ્યા. જેના મોંમાં ગન્દનાની દુર્ગંધ આવી રહી હતી. ફરમાવ્યું કે શું મેં તમારા લોકોને તે છોડ ખાવાની મના કરી ન હતી ? ફરિશ્તા પણ આ વસ્તુથી પરેશાન થાય છે. જેનાથી મનુષ્ય હોય છે. (ઇબ્ને માજા)

[illegible]

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું લસણ ખાવ તેમાંથી ઉપાયો કરો કેમકે તેમાં સિત્તેર બીમારીઓની તંદુરસ્તી છે.

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું જો મારા પાસે ફરિશ્તા ન આવતા હોત તો હું પણ આને એટલે લસણને ખાઇ લેતો. (અલ ખતીબ)

[illegible]

આને લગાડવાથી સાંપ અને વિચ્છુના ઝેરની અસર દૂર થઇ જાય છે. ઇબ્ને કીમે કુતરો કરડવાના માટે પણ લગાડવુ ફાયદાકારક ગણ્યું છે. તેને કુટીને સિરકો મધ અને મીઠું મેળવીને ફોલ્લા ફુણસીઓ પર લગાડવાથી ફાયદો થાય છે.

લસણ ખાવાથી માથાનુ દર્દ દૂર થાય છે. લકવામાં ફાયદો થઈ શકે છે. ખાવાનું હજમ કરે છે. તરસને મીટાવે છે. પેશાબ થાય છે. શરીરને ગરમી પહોંચાડે છે. ગળાની લાલાશ અને સોજાને દૂર કરે છે. છાતીમાંથી કફ અને પેટમાંથી કીડાઓ બહાર કાઢે છે. તેનાથી આડ

અસરો માં મગજ અને આંખોની દ્રષ્ટિને કમજોર કરવી છે. પીત્તમાં વધારો કરે છે. મર્દની વિર્ય શક્તિમાં ઉણપ લાવે છે. શ્વાસમાં દુર્ગંધ આપે છે. સાંધાના વાંને ફરીવાર શરૂ કરે છે.અને બવાસીરમાં પણ નુકશાન કરતા છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવ

લસણ ઠંડા પ્રદેશમાં રહેનાર માટે ફાયદા કારક છે. કેમકે તે ગરમી પૈદા કરે છે. ગંદા વાયુ, કફ અને પિત્ત ને કાપી નાખે છે. લોહીને પાતળુ બનાવે છે. વધારે પડતુ લેવાથી લોહીને બાળીને કાળુ કરી દે છે. ખાવા વાળાના પરસેવા પેશાબ અને જાજરૂમાં પણ વાસ આવે છે. લસણ દમમાં ફાયદાકારક છે. કફને લીધે આવતા તાવ, આંતરડાની એક બીમારી (શુળ) હરસ અને કોઢને દૂર કરે છે. અને તેનું ચાટ઼ણ પથરીને તોડી નાખે છે. તેનું ચાટણ (માજુન) મર્દની વિર્ય શક્તિ ને શક્તિ આપે છે. લકવો, વાઈ અને ધ્રુજારામાં ફાયદા કારક છે. લસણને કચડીને તેનું સાડા સાત તોલા પાણી કાઢીને તેમાં સરખા વજન ઘી અને પાંચ તોલા ગોળ અને થોડો આટો મેળવીને હરીરા (રાબ જેવું પીણું) રાંધવામાં આવે છે. પહેલા લસણનું શુધ્ધ પાણી પીને ઉપરથી હરીરા ખાવામાં આવે તાવની ધ્રુજારી ને આરામ આવી જાય છે. (સાડા સાત તોલા લસણના પાણીથી પેટમાં સખ્ત બળત઼રા પૈદા થઈ જશે)

જો તેને ઘીમાં શેકીને મધ મેળવી ચટાવવામાં આવે તો દમમાં ફાયદો થાય છે.

લકવામાં

દર્દીને પહેલા દિવસે એક લસણની એક ગાંઠ પછી બે પછી ત્રણ એ રીતે ચાલીસ સુધી જાય પછી દરરોજ એક ઓછી કરે.

લકવો ઠીક થઈ જશે

બુ અલી સીનાએ લખ્યું છે કે લસણનાં ઉકાળાની સાથે હુકના (દવાનું પાણી મળદ્વાર વાટે પીચકારી થી ચડાવવું) (જેથી જાજરૂ ન થાય) ઈરકુન્નીસા (એક દર્દ જે સાથળથી પીંડલી સુધી જે એક નસમાં થાય છે) ઠીક થઈ જાય છે. જો તેની સાથે લોહી અને પીત્તના ઝાડા થાય તો ઉત્તમ છે. આના ઉપયોગ થી વધી ગયેલું પેટ ઓછું થઈ જાય છે. અંજીર અને અખરોટ ની સાથે મેળવીને ખાવાથી વધારે ફાયદો થાય છે. ગેસ સાથેનું શૂળ, કફજન્ય અને આંતરડાના દર્દને મટાડે છે. તેના ખાવાથી ઝાડા પણ થઈ જાય છે અને આમ થવાથી પેટના કીડા નીકળી જાય છે. ઘરડા માણસોની પેશાબની રુકાવટ દૂર થઈ જાય છે. લસણનો હલવો તૈયાર કરી ખાવાથી લકવો મટી જાય છે.

જંગલી લસણના પણ ફાયદાઓ લસણ જેવા જ છે.

સ્થાનિક ઉપાયો :- લસણને બાળીને સિરકો અને મધમાં લસોટીને લગાડવાથી ફોલ્લા, ફુણસીઓ, કોઢ, ટાલ, ડાઘ, દાદર ઠીક થઈ જાય છે.

સીરકો અને મધમાં તેને મેળવીને લગાવવાથી સાંધાનું દર્દ મટી જાય છે. શુધ્ધ લસણનો અર્ક મળવાથી જૂ મરી જાય છે. તેની ધૂણી દેવાથી નુકશાન કરતા કીડાઓ ભાગી જાય છે. શરીરના કોઈ ભાગમાં સોજો હોય તો લસણને સિરકામાં લસોટીને લગાવવાથી સોજો ઉતરી જાય છે. બીજા પ્રકારમાં તેને દૂધમાં પકાવીને એ દૂધ ફોલ્લા પકાવવા માટે લગાવો. તેને ગરમ ગરમ ચાવવાથી દાંતનું દર્દ દૂર થઇ જાય છે. તેને રાઇના તેલમાં તળીને એ તેલ લગાવવાથી સૂકી ખંજવાળ માટે

ફાયદાકારક છે. એક લસણની ગાંઠને સવા તોલા તલના તેલમાં તળીને તે પછી રસ નીકાળી કાનની આસપાસ લગાડવાથી બહેરાશ દૂર થાય છે. લસણની ધૂણી આપવાથી આધાશીશીનું દર્દ દૂર થઇ જાય છે.

નિરીક્ષણ :- હદીસોથી એ વાત સાબિત થાય છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને લસણ પસંદ ન હતું ઉમ્મત માટે તેઓએ શરત લગાવી કે કાચું લસણ ખાય નહી. આમ લોકો હાંડીમાં રાંધીને લસણ ખાઇ શકે છે. ઉમ્મે અય્યુબ રદિયલ્લાહુ અન્હા બયાન કરે છે કે તેઓએ પાકેલા લસણથી બનેલ શાક પણ ખાવાનુ પસંદ ન કર્યું. આ મુબારક અમલ પછી લસણના ઉપયોગની કોઇ શકયતા જ રહી નથી. જે વસ્તુને સરકારે દો આલમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પસંદ ન કર્યું કોઇના ફાયદાનું કારણ બનશે નહી.

લસણ કોઈ નવી વસ્તુ નથી લોકો તેને છ હજાર વર્ષ થી જાણે છે આટલી લાંબી જાણકારી પછી કોઈ ભરોસા પાત્ર કારણ હોઈ શકતુ નથી આજકાલ પ્રખ્યાત છે કે લસણ ખાવાથી લોહીમાં કોલેસ્ટ્રોલ ઓછું થાય છે. બલ્ડ પ્રેશરને ઓછું કરે છે. ભારત ભરમાં અધિકતમ ઘરવાળાઓ લસણ નિયમિત શાકમાં નાખે છે. જે લોકો લસણવાળુ શાક ખાય છે જેમાંના હજારો એવા લોકો છે જેને બલ્ડ પ્રેશર થયું છે લોહીમાં કોલસ્ટ્રોલ વધ્યું છે. હૃદય રોગનો હુમલો થયો છે જો લસણ તેમાં ફાયદાકારક હોત તો તેઓ બીમાર ન પડતા. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. વહેલી સવારે મધ પીવા વાળા ને કોઈ મોટી બીમારી થતી નથી.

નિષ્ણાતોએ લસણનાં ઉપયોગ કરી જોયા છે પણ કોઈ ફાયદો થતો જણાયો નથી જેથી તેનો અમલ કરી શકાય.

દ્રાક્ષ

દ્રાક્ષના બે પ્રકાર છે. નાની દ્રાક્ષને સુકવવામાં આવે તો કિશ્મિશ બને છે. (કિશ્મિશ એટલે સુકી દ્રાક્ષ જેમાં બી હોતા નથી. નાના દાણાની બી વિનાની રાતી દ્રાક્ષ) મોટી દ્રાક્ષને સુકવવા થી મુનક્કા બને છે.

કુર્આને મજીદના હુકમો

કુર્આને પાકમાં દ્રાક્ષ નું વર્ણન ૧૧ વખત આવ્યું છે. દરેક જગ્યાએ તેને ઉત્તમ ફળ બતાવેલ છે. પરહેઝગારો ને માટે ઈનામનું વર્ણન છે.

અ-યવદ-દુ અ-હદુકુમ અન તકૂના લહૂ જન્નતુમ મિન નખીલિંવ વ અઅ-નાબિન તજરી મિન તહતિહલ અન્હારુ લહૂ ફીહા મિન કુલ્લિસ સ-મ-રાત. (સુરએ બકરહ આ. નં. ૨૬૬)

(શું તમારામાં કોઈ એ (વાત) ને પસંદ કરશે કે તેની પાસે ખજૂર અને દ્રાક્ષનો એક બગીચો હોય, જેની નીચે નદીઓ વહેતી (હોય) તેના માટે એમાં દરકે પ્રકારના ફળો છે.)

યુમ્બિતુ લકુમ બિહિઝ ઝરઆ વઝ ઝયતૂના વન્નખીલા વલ અઅ-નાબા વ મિન કુલ્લિસ સ-મ-રાત ઇન્ના ફી ઝાલિકા લઆ-યતલ લિ કવમિંય ય-ત-ફક-કરૂન (સુરએ નહલ આ. નં. ૧૧)

(એ પાણીથી તમારા માટે ખેતી ઉગાડે છે અને ઝૈતુન અને ખજૂર અને દ્રાક્ષ અને દરેક જાતના ફળની બેશક એમાં નિશાની છે ધ્યાન કરનારાઓ માટે.)

ઇન્ના લિલ મુત્તકીના મફાઝન હદાઇકા વ અઅ-નાબંવ વ કવાઇબા અત્રાબંવ વ કઅ-સન દિહાકા.

(સુરએ નબઅ આ નં ૩૧ થી ૩૪)

(બેશક ડરનારાઓ માટે સફળતાની જગ્યા છે. બગીચાઓ અને દ્રાક્ષો છે. અને ઉગતી જવાની વાળીઓ સમવયની અને છલકતા જામ.)

અંગુર અને બીજા ફળ કુદરતની ભેટ છે. અને આ ફળોમાંથી ઈમાનદારોને ઈનામની રીતે જન્નતમાં આપવામાં આવશે.

વ મિન સ-મ-રાતિન નખીલિ વલ અઅ-નાબિ તત્તખિઝૂના મિન્હુ સકરા. (સુરએ નહલ આ. નં. ૬૭)

(અને ખજૂર તેમજ દ્રાક્ષના ફળોમાંથી કે તેમાંથી નબીઝ બનાવો છો)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના પવિત્ર ઈરશાદ

હઝરત તમીમ અદ્દારી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં દ્રાક્ષની ભેટ રજૂ કરી. પોતાના હાથમાં લઈ ફરમાવ્યું. એને ખાવ આ ઉત્તમ ખાણું છે. તે થાકને દૂર કરે છે. ગુસ્સાને ઠંડો, કરે છે. અને સ્નાયુઓને મજબુત કરે છે. શાકને સુગંધી બનાવે છે. અને ચહેરાની રંગત નિખારે છે. (અબુ નઈમ)

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. જેણે દરરોજ રાતી દ્રાક્ષના એકવીસ દાણા ખાધા તે તમામ બીમારીઓથી રક્ષિત રહેશે જેમાં ડર લાગે છે. (અબુ નઈમ)

સઈદ બિન ઝિયાદ પોતાના પિતા અને દાદાથી રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું.

આ રિવાયત તમીમ અદ્દારી રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી લગભગ તેમના જ શબ્દોમાં અબૂ નઈમમાં બયાન કરેલ છે. મુહદ્દિસીનના નિરીક્ષણમાં સઈદ બિન ઝિયાદનો શજરો બિન કાઈદ બિન ઝિયાદ બિન અલી હિન્દ દારી છે તેમણે આ બનાવ પણ પોતાના બાપ અને દાદાથી રિવાયત કરેલ છે.

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુથી દ્રાક્ષના (મુનક્કા) વિશે લગભગ તેજ શબ્દોમાં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ થી કથિત છે.

હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું

તમારા ફાયદા માટે મુનક્કા હાજર છે. તે રંગને નિખારે છે કફને કાઢે છે. સ્નાયુને મજબૂત બનાવે છે. કમજોરીને દૂર કરે છે. સ્વભાવને રુચિકર બનાવે છે. શ્વાસને સુગંધી બનાવે છે. અને રંજને દૂર કરે છે. (અબૂ નઈમ)

હદીસોની આ વાત થી સાબિત છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ખજૂર અથવા મુનક્કાને પાણીમાં પલાળીને તેનું શરબત પીતા હતા.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ માટે મુનક્કા (મોટી દ્રાક્ષ) પલાળવામાં આવતી હતી. તેઓ આ શરબત રોજ પીતા હતા. આગળના દિવસે પીતા અને કેટલા સમયે તેનાથી આગળના દિવસે પણ બચેલું બીજાઓને આપી દેતા હતા. એક રિવાયતમાં બચેલું ગુલામોને આપવામાં આવતું હતું.

મુનક્કાના ઉપયોગ માટે ઉપદેશ માં હુકમ થયો. હઝરત ઈબ્ને અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું.

મુનક્કા ખાધા કરો પરંતુ તેનુ છોતરૂ ઉતારી દો. કેમકે તેના છોતરામાં બીમારી અને તેના ઘરમાં તંદુરસ્તી છે. (ઝહબી)

કદાંચ તેનું કારણ એ છે કે ચિકાશને કારણે માખીઓ છોતરા પર ગંદકી લગાડે છે. ખાધા પહેલા તેનો ઉતારી દેવામાં આવે (પલાળવા માટે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે એકજ વાસણમાં ખજૂર અને મુનક્કાને ભેગા કરવાનું મનાઈ ફરમાવ્યું છે. (બુખારી)

[illegible]

ઈમામ ઝૂહરી કહે છે કે જેને હદીસો મોઢે કરવાનો શોખ હોય તે મુનક્કા ખાય. તેઓ જાતે સેબ (સફરજન) ખાતા ન હતા. અને તેને ખોરાક તરીકે ખજૂર કરતાં વધુ ઉત્તમ માનતા હતા. ઝહબીની જાણકારીમાં મુનક્કા તૃષા લાવે છે. શરીરમાં ગરમી પૈદા કરે છે. દૂબળા શરીરને જાડુ બનાવે છે. અને તેના બીજ જઠરની ક્રિયાની સૂધારણા કરે છે. દાડમના દાણાની સાથે દ્રાક્ષનો ખુસાન્દા (પાણીને પલાળીને) પીવાની દવા પાચન શક્તિ માટે ફાયદાકારક છે.

ઈબ્ને કીમના સંશોધન પ્રમાણે કિશ્મિશ (રાતી દ્રાક્ષ) ઉત્તમ છે. તેનો ગર (માવો) ફેફસા માટે અકસીર છે. જુની ખાંસીમાં ફાયદો કરે છે. ગુર્દા અને મુત્રાશયના દર્દને દૂર કરે છે. પેટને ઠંડુ કરે છે. જઠરને મજબૂત કરે છે. યકૃત અને પિત્તાશયને શક્તિ આપે છે. પાચન શક્તિને ઠીક કરે છે.

જો તેને બીજ વિના ખાવામાં આવે તો તે ઉત્તમ ખોરાક છે. જો તેના બીજ પણ ખાવામાં આવે તો પછી આ જઠર યકૃત અને પિત્તાશયને પોતાના મૂળ પાચન પર પાછા લાવે છે. કફને કાઢયા પછી તેની ભવિષ્યમાં પૈદાઈશમાં કમી કરે છે નખ પર લગાડવામાં આવે તો તેને મજબૂત કરે છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

ઈબ્ને માઅવિયા એ અંગુરને તમામ મેવામાં ઉત્તમ ગણેલ છે. પછી કહ્યું છે કે જ્યારે તે વેલા પર પૂરી પાકી જાય તો તેના પછી ખાવામાં આવે. અહીં તબીબોનો મતભેદ છે. કેટલાક છોતરા વાળા અંગુરને તૂર્તજ ખાવાની તાકીદ કરે છે. કેટલાક મોટા છોતરાવાળા ને કેટલાક

દિવસ પડ્યા રાખ્યા પછી ખાવાને યોગ્ય ગણે છે. ઝૂની નું કહેવું છે કે રોટીની સાથે દ્રાક્ષ ખાવાથી બળ પ્રાપ્ત થાય છે. અને તેના પછી વાયુ થતો નથી. જો દ્રાક્ષના ઝુમખા પર ઝૈતૂનનું તેલ લગાડવામાં આવે તો તેના પર મધમાખીઓ બેસતી નથી. આ અમલ આજકાલ બજારમાં મળવાવાળી ખજૂરો પર કરવામાં આવે છે. લારી વાળાઓ ખજૂર પર કોઈ દુર્ગંધ વાળુ તેલ લગાડી દે છે જેથી તેના પર કોઈ માખી બેસતી નથી

દ્રાક્ષ જલ્દી પચી જાય છે. શુધ્ધ લોહી પૈદા કરે છે. બુઅલી સીના કહે છે કે અંગુરથી બનવાવાળુ લોહી અંજીર થી હલકુ અને ઓછું હોય છે. બીજા તબીબોનું કહેવું છે કે અંગુરની છાલ ગળી જાય તો પછી આ અંજીરથી પણ વધારે ઉત્તમ શુધ્ધ લોહી બને છે. પેટને તાકાત આપે છે. અવયવોની સુસ્તી ને દૂર કરે છે. તેનો માવો સાકરની સાથે પકાવવામાં આવે તો તૃષા ને ઓછી કરે છે.

વૈદો કહે છે કે દ્રાક્ષના વેલાની લાકડીને બાળીને તેની રાખ પાણીમાં ઘોળીને પીવાથી ગુર્દા અને મુત્રાશયમાં પથરીની ઉત્પતી રોકાઈ જાય છે. તેનો લેપ અને પીવડાવવાથી શરીરનાં સોજા ખાસ કરીને ઉતરી જાય છે. મસા ખરી જાય છે. તેની રાખને સિરકામાં મેળવીને લગાડવાથી હડકાયા કૂતરાનો ઘા મટી જાય છે.

દરાખને આગ પર પકાવીને ઉકાળો બનાવી લેવામાં આવે અને તેના કોગળા કરવામાં આવે તો ગળાની બળતરાને ખતમ કરે છે. પીવાથી લોહીની ઉલ્ટી અને બીજી બીમારીઓને દૂર કરે છે.

અંગુર જઠરને શક્તિ આપે છે. ખાંસીમાં ફાયદાકારક છે. તેનો રસ આગ પર ઘાટો કરીને તેમાં મેથી અને અંજીર મેળવીને મધ સાથે દેવાથી જૂની ખાંસીનો ઉત્તમ ઉપાય છે. મગજની તરી (મગજ બાદામ)ના સાથે આપવાથી હૃદયના ધબકારામાં ફાયદાકારક છે. વાઈ

માં ફાયદાકારક છે. જવના પાણી સાથે દ્રાક્ષને ઉકાળીને દેવાથી પેશાબ વધુ આવે છે. અને ગુર્દામાંથી પથરીને નીકાળે છે.

પ્રાચીન તબીબોના અનુભવો ધ્યાનમાં લેવામાં આવે તો નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તેના જેટલા ફાયદા બતાવ્યા છે. તેમાંથી દરેકની સચ્ચાઈ હાજર છે. જ્યારે કે તેમાંથી કેટલાક આ હુકમથી જાણકાર ન હતા કે સરકારે તેનાં કયા ફાયદાઓ બયાન કર્યા છે.

ભારત સરકારના મુંબઈ ખાતેના એગ્રીકલ્ચરલ કેમિસ્ટ વિભાગે જાહેર કર્યા મુજબ દરાખમાં ૯૦ ટકા ખાધ તત્વો છે. એમાં ખનીજ ક્ષાર, સઘળા વિટામિન્સ, ગ્લુકોઝ, લોહતત્વ, ફોસ્ફરસ, કેલ્શિયમ, આક સીલિક અને ટારટ્રીક એસીડ છે. બીજમાં તેલ-ચીકાશ અને ટોનીક એસીડ મળે છે. છોતરામાં ખાસ કરીને ટોનિક એસીડ છે. ખાંડનું પ્રમાણ ૧૮ ટકા છે પરંતુ એ ખાંડ શરીર માટે હાનિકારક નથી.

દ્રાક્ષનો શરાબ (દારૂ) બનાવવો અને તેનો ઉણયોગ કરવો હરામ છે. આ વિશે (દ્રાક્ષના દારૂ વિશે) વધુ માં તારીક બિન સુવૈદ હદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ કહ્યું યા રસૂલલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ અમારા પ્રદેશમાં અંગુર થાય છે. શું અમે તેનો રસ કાઢીને પી લઈએ ? ફરમાવ્યું નહી. પછી કહ્યું કે અમે તેનાથી દર્દીઓનો ઈલાજ કરીએ છીએ. હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું તેમાં તો કદાપી પણ તંદુરસ્તી નથી. પરંતુ પોતે જાતે જ બીમારી છે.

(મુસ્લિમ, અબૂ દાઉદ, તિરમિઝી)

બીજી રિવાયતમાં ઈરશાદે ગિરામી છે. જેણે શરાબ (દારૂથી) ઈલાજ કર્યો તેના માટે અલ્લાહ તરફથી કોઈ તંદુરસ્તી નથી. (અબુ નઈમ)

શરાબ કોઈ બીમારીનો ઈલાજ નથી અને હરામ વસ્તુઓમાં શિફા નથી. શરાબ બીમારી પૈદા કરનારી વસ્તુ છે.

મેથી

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની હદીસ

કાસિમ બિન અબ્દુર્રહમાન રદ્દિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. મેથીથી તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરો. (ઇબ્ને કીમ ફી તિબ્બે નબવી)

આ વિષયમાં એક હદીસ પણ મળે છે. તેને ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ તબીબીનું કથન ગણેલ છે. જ્યારે કે ઝહબી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ તેને હદીસમાં બયાન કર્યું છે.

મારી ઉમ્મત જો મેથીના ફાયદાઓને સમજી લે તો તેને સોનાના સરખા વજન થી ખરીદી લેવાથી પણ ઈન્કાર કરશે નહિ.

મક્કાહ મુઅઝઝમાની ફતેહ પછી હઝરત સઅદ બિન અબી વક્કાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બીમાર પડ્યા તો હારિસ બિન કલ્દાહ હકીમે તેમના માટે ''ફરીકા'' તૈયાર કરવાની શિખામણ આપી જેમાં ખજૂર, જવનો દલિયો અને મેથીને પાણીમાં ઉકાળીને દર્દીને નરણા કોઠે મધ મેળવીને ગરમ ગરમ પીવડાવવામાં આવે છે. આ નુસ્ખો નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં રજૂ કરવામાં આવ્યો. આપે તેને પસંદ કર્યો. અને દર્દી તંદુરસ્ત થઈ ગયો. મુહદ્દિસીને લખ્યું છેકે ખજૂરને બદલે અંજીર પણ સામેલ રાખી શકાય છે. પરંતુ બન્ને એક સાથે સામેલ રાખવા શકય નથી કે સરકારે દો આલમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ખજૂર અને અંજીર એક જ નુસ્ખામાં એકઠા કરવાની મનાઈ ફરમાવી છે: એક બીજી રિવાયત પ્રમાણે આ નુસ્ખામાં મુલેટી (જેઠી મધ) પણ હતું.

મહદિસીનના અનુભવો

મેથીનો ઉકાળો ગળાની બળતરા, સોજો અને દર્દ માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. શ્વાસની ગુંગળામણને ઓછી કરે છે. ખાંસીની સખ્તાઈ દૂર થાય છે. જો જઠરમાં બળતરા થતી હોય તો જતી રહે છે. મેથીની અસરોને મહત્તા પ્રાપ્ત છે. કેમકે ખાંસીના ઈલાજમાં ઉપયોગ આવવા વાળી તમામ દવાઓ જઠરમાં ઉત્થાન પૈદા કરે છે. એ માટે જુની ખાંસીના તમામ દર્દીઓને જઠરની બળતરા અને અપચાની ફરીયાદ રહે છે. તિબ્બે નબવી માં મેથી અને બિહી એકલી એવી દવા છે જે ખાંસીને ઠીક કરવાની સાથે જઠરની સુધારણા પણ કરે છે.

મેથી ગેસને દૂર કરે છે. મસાની સખ્તાઈમાં કમી થાય છે. અને ફેફસાની બળતરા જ નહિ દર્દ પણ દૂર કરે છે. પરંતુ ભવિષ્ય માટે બચાવ પણ કરે છે. તેનાં ઉકાળાથી માથુ ધુએ તો માથાનું સુકાપણું ઓછુ કરે છે. એક રિવાયતને ધ્યાનમાં રાખતા મેથીની સાથે હુબ્બુરરિશાદ ને સામેલ કરવામાં આવ્યું તો ખરતા વાળ પણ બંધ થઈ ગયા.

મેથીને વાટીને મીણની સાથે મેળવીને છાતી પર લેપ કરવામાં આવે તો છાતીના દર્દમાં ફાયદો કરે છે.

આ પ્રારંભિક રીતે પેશાબ કરાવનાર, કફને દૂર કરનાર છે. તેથી ગુર્દાની બળતરામાં જ્યારે પેશાબ ઓછું આવતુ હોય તો પેશાબ લાવે છે. એ રીતે કફ કાઢે છે.

મેથીના ઉપયોગની બે રીત છે. એક રીત એ છે કે પત્તા અને ડાળી સુકવીને કામમાં લાવવી બીજી રીત મેથીના બીજ નો ઉપયોગ કરવો.

૫ ગ્રામ (નાના ચમચા) વાટેલી મેથી જો પાણીની સાથે ખાવામાં આવે તો ઝાડાના રોગમાં અને મરડામાં ફાયદા કારક છે. જો આ પાણીને ગરમ કરીને એમાં મધ મેળવવામાં આવે તો ખાંસી અને પેશાબમાં ફાયદાકારક છે. મેથી ભૂખ પૈદા કરનાર છે. એ માટે ભૂખની કમી અને ખાટા ઓડકાર ને દૂર કરે છે. એનો સતત ઉપયોગ કંઠમાળ નો ઉત્તમ ઈલાજ છે. કેમકે કંઠમાળ શરીરની ગાંઠમાં ક્ષય નો એક પ્રકાર છે. આ હેતુ માટે જો તેની સાથે કુસ્ત (મીઠી કોઢ), મધ, અને ઝૈતૂનનું તેલ પણ ભેળવવામાં આવે તો ઈલાજ તુર્તજ થશે અને દર્દીની કમજોરી શરૂઆતમાં જ દૂર થઈ જશે.

આધુનિક અભ્યાસ

ઔરતોને હૈઝનું લોહી વારંવાર આવતું હોય તેના માટે પણ ફાયદાકારક છે. મેથી ગેસ દૂર કરનાર અને પેશાબ લાવનાર છે. સ્ત્રીના દુધમાં વધારો કરનાર છે. વિટામીન બી તેના લોહીની કમી, સ્નાયુની કમજોરીમાં ફાયદાકારક બનાવી દે છે.

મેથીના સતત ઉપયોગથી મસાનું લોહી બંધ થઇ જાય છે. કેટલીક વખત મસા પડી પણ જાય છે. આ નુસ્ખામાં જો અંજીર સામેલ કરવામા આવે તો ફાયદામાં વધારો થઇ જાય છે.

મેથીને ખાવાથી ડાયાબીટીસમાં કમી થાય છે. દર્દીઓને કલુંજી (એક) ૧ તોલો, કાસનીના બીજ અડધો તોલો, મેથીના બીજ અડધો તોલાને મેળવીને ડાયાબીટીસની સખ્તાઇ સમયે ૩ માસા જેટલી આપવામાં આવ્યાં. છ માસના ઉપયોગ પછી કેટલાક લોકોને પેશાબમાં સાકરનું પ્રમાણ જતુ જ રહયું.

શરદીની મૌસમમાં જમ્યા પછી અડધો નાનો ચમચો લગાતાર ખાવાથી મોસમની અધિક બીમારીઓથી બચાવ થાય છે.

ઈરશાદે રબ્બાની

વ જન્નાતિમ મિન અઅ-નાબિંવ વઝ ઝય-તૂના વરરુમ્માના મુશ્તબિહંવ વ ગયરા મુ-તશાબિહ. ઉન્ઝુરૂ ઇલા સ-મ-રિહી ઇઝા અસ્મરા વ યન્ઇહ ઇન્ના ફી ઝાલિકુમ લ-આયાતિલ લિ-કવમિંય યુઅ-મિનૂન. (સૂરએ અનઆમ આ. નં. ૯૯)

(પાસ પાસેના લુમખા અને દ્રાક્ષના બગીચા અને ઝૈતૂન અને દાડમ કોઇ વાતમાં મળતા અને કોઇ વાતમાં જુદા એનું ફળ ફળે ત્યારે એનું પાકવું જુઓ બેશક આમાં નિશાનીઓ છે ઈમાનવાળાઓ માટે)

વ હુવલ્લઝી અન્શઆ જન્નાતિમ મઅ-રૂશાતિંવ વ ગયરા મઅ-રૂશાતિંવ વન્નખ્લા વઝ-ઝરઆ મુખ્તલિફન ઉકુલહૂ વઝ-ઝયતૂના વર રુમ્માના મુ-ત-શાબિહંવ વ મુ-તશાબિહ કુલૂ મિન સ-મરિહી ઇઝા અસ્મરા વ આતૂ હક-કહુ યવમ હસાદિહ વલા તુસરિફૂ ઇન્નહૂ લા યુહિબ્બુલ મુસરિફીન. (સૂરએ અનઆમ આ. નં. ૧૪૧)

(અને તે જ છે જેણે બનાવ્યા બગીચા અમુક પૃથ્વી પર છવાયેલા અને અમુક નહિ છવાયેલા અને ખેતી જેમાં રંગરંગનો ખોરાક અને ઝૈતુન અને દાડમ કોઇ વાતમાં મળતા અને કોઇ વાતમાં અલગ ખાઓ તેના ફળ જયારે ફળે અને તેનો હક આપો જે દિવસે કપાય અને અસ્થાને ન ખર્ચો. બેશક અસ્થાને ખર્ચનાર તેને પસંદ નથી.)

ફીહિમા ફાકિ-હતુંવ વ નખ્લુંવ્વ રુમ્માન ૦ ફ-બિ અય્યિ આલાઇ રબ્બિકુમા તુકઝ્ઝિબાન (સૂરએ રહમાન આ નં ૬૮, ૬૯)

(એ બન્નેમાં મેવા અને ખજૂર અને દાડમ છે. તો તમે બન્ને પોતાના રબની કઇ કઇ નેઅમતોને હુકરાવશો.)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદ

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે મૈં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી દાડમ વિશે પૂછયું. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું એવું કોઈ દાડમ નથી હોતું જેમાં જન્નતના દાણા સામેલ ન હોય. (અબૂ નઈમ)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુની આદત હતી કે જ્યારે પણ તેમને દાડમનો એક દાણો પણ પ્રાપ્ત થતો તેને ખૂબ શોખથી ખાતા અને ફરમાવતા. (આ શબ્દો ઈબ્ને કીમે પણ તેમાંથી રજૂ કર્યા છે.)

મને એ ખુશખબરી પ્રાપ્ત છે કે જમીન પર એવું કોઈ દાડમ નથી જેના દાણાઓમાં જન્નતના દાડમના દાણાઓની જોડ લાગેલી ન હોય. (ઝહબી)

અને અહમદ ઝહબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ આ રિવાયત સનદ વિના રિવાયત કરી છે.

જ્યારે પણ કોઈએ દાડમ ખાધું શયતાન તેનાથી ભાગી ગયો.

આ રિવાયત દિલની શક્તિ અને બીમારીઓથી બચવાના ગુણોની નિશાનીઓ બતાવે છે.

હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું

દાડમ ખાવ કે તેની અંદરના છોતરા સાથે કે આ જઠરને નવી જીંદગી અર્પે છે. (ઈબ્ને કીમ) (છોતરા એટલે બહારના નહિ પરંતુ દાડમના નાના નાના પાતળા છોતરા છે.)

મુહમ્મદ અહમદ ઝહબીએ સનદ વિના હઝરત અલી રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત સબંધિત કરેલી છે.

જેણે દાડમ ખાધુ અલ્લાહ તઆલા તેના દિલને રૌશન કરી દે છે. (દિલને રૌશન કરવું એટલે દિલને તાકત આપવી)

મુહદ્દીસીનના અનુભવો

મીઠુ દાડમ જઠર અને તેમાં આવેલી વસ્તુઓ માટે ફાયદાવાળી વસ્તુ છે. તે ગળાની બળતરા, છાતીની બળતરામાં અકસીર છે. જુની ખાંસીમાં ખૂબ ઉપયોગી છે. તેનો અર્ક પેટને નરમ કરે છે. શરીરના ખોરાકમાં વધારો કરીને તાકત આપે છે. શરીરને મધ્યમ પ્રકારની ગરમી પૂરી પાડે છે. તુરત્ જ ખોરાકમાં હજમ થઈ લોહીમાં ભળી જાય છે. એની એક નવાઈ પમાડે તેવી અસર એ છે કે તેને રોટીની સાથે ખાવામાં આવે, તો પેટમાં કોઈ પ્રકારની ખરાબી પૈદા થતી નથી.

દાડમ ખાવાથી કબજિયાત થાય છે પરંતુ તે ખૂબ હલ્કી હોય છે. જેથી તેની અસર તબીયત પર પડતી નથી. જઠરમાં બળતરા હોય તો દૂર કરે છે. પેશાબ કરાવનાર છે. પિતને આરામ આપે છે. ઉલ્ટીને રોકે છે. અને ઝાડાને બંધ કરે છે. યકૃતના પ્રકોપને ખતમ કરી દે છે. શરીરના તમામ અવયવોને શક્તિ આપે છે. દિલની જુની બીમારીઓને આરામ આપે છે અને જઠરના, મોંના દુખાવાને દૂર કરે છે.

દાડમનું પાણી છોતરા સાથે કાઢીને તેને મધની સાથે ઉકાળીને મલમ જેવું ઘાટું કરીને આંખોમાં સળીથી લગાવવામાં આવે તો આંખની લાલાશને કાપી દે છે. આજ મલમને મસોડા (દાંતના પેઢા) પર લેપ લગાડવામાં આવે તો પાયોરીયામાં ફાયદા કારક છે. તેના પીવાથી પેટની સુધારણ કરે છે. બળતરાના કારણે આવેલ તાવ ને દૂર કરે છે.

ખાટા દાડમના ફાયદાઓ પણ લગભગ મીઠા દાડમ જેવા જ છે. પરંતુ તેનાથી થોડા ઓછા. તેના દાણા ગોટલી સાથે લસોટી ને મધ મેળવીને એવા ગંદા ઘા પર લગાવે જે સામાન્ય ઈલાજ થી સારા ન થતા હોય તો તે પણ ઠીક થઈ જાય છે. પ્રખ્યાત છે કે જેણે દાડમના ઓછામાં ઓછા ત્રણ ફળ ખાઈ લીધા તે આગલા વર્ષ સુધી આંખોની બળતરા થી દૂર રહેશે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

પ્રાચીન હકીમોમાં તેની તાસીર વિશે મતભેદ છે. બુ અલી તેને ઠંડા ગણે છે. જ્યારે બીજા મધ્યમ ગણે છે.

યકૃત અને હ્રદયને શક્તિ આપે છે. જુની ખાંસી, જલોદર, કમળો અને માથાના દર્દમાં ફાયદાકારક છે. પૈશાબ વધુ લાવે છે. જો બળતરાને કારણે ઝાડા થતા હોય તો તેને ઓછા કરે છે. નહિ તો તે કબજિયાત દૂર કરે છે. દાડમ વધુ ખાવાથી ખોરાક માં ઉપદ્રવ પૈદા થાય છે. જઠર ઢીલુ પડી જાય છે જેમાં રંગ પીળો અથવા જઠરની ખરાબીને કારણે હોઠો પર સફેદી આવી ગઈ હોય તેના માટે ફાયદાકારક છે. મીઠુ દાડમ જો કે ગેસ નીકાળવામાં ગડબડ પૈદા કરે છે. એ માટે તેના સાથે થોડુ ખાટું પણ મેળવી લેવું જોઈએ ઝાડામાં ફાયદા કારક છે.

વૈદ કહે છે કે દાડમનું પાણી પીત્તને દૂર કરે છે. હ્રદયને તાકાત આપે છે. ભૂખ વધારે છે. તાકાત આપનાર, પૈશાબ લાવનાર અને કફને દૂર કરનાર છે.

જેની ચામડીમાંથી અવાર નવાર લોહી નીકળતુ હોય, મસામાંથી લોહી પડતુ હોય, દાડમના દાણા ફાયદો કરે છે. દાડમના પાંદડાનું પાણી નાકમાં નાંખવાથી નસકોરી (નાકમાંથી લોહી પડવુ) બંધ થઈ જાય છે. આની નુકશાન કરતી અસરો દૂર કરવા માટે રૂમી મુસ્તગી અથવા અદરકનો મુરબ્બો ફાયદા કારક છે.

દાડમ તે મીઠું હોય કે ખાટું તેનું પાણી તાંબાના વાસણમાં નાંખીને એટલુ પકાવે કે તે ઘાટુ થઈ જાય. આ મલમને આંખમાં લગાડવાથી આંખની ખંજવાળ બળતરા દૂર થઈ જાય છે. આંખની દ્રષ્ટિની કમજોરીમાં ફાયદા કારક છે. આ મલમને મસોડા પર ઘસવાથી તેની બળતરા દૂર થઈ જાય છે.

આધુનિક સંશોધન

દાડમના દાણા, છાલ, ફુલ અને તેનો અર્ક સ્થાયી રીતે કબજીયાત કરનાર છે. અને પેટના કીડા મારે છે. પેટના જાતજાતના કીડાઓ માટે ખૂબ અસરકારક દવા છે. તેમાં આલ્કોલની ઘણી જ ઓછી માત્રા હોય છે: કદાચ એ માટે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યુ કે તેને છાલ સાથે ખાવામાં આવે છે. કેમકે તેમાં તેમાં કીડા મારવાના મૂળતત્વ વધારે માત્રામાં હોય છે. તેનું છોતરૂ, ઝાડની છાલ, પીસેલી જડમાંથી દરેક વસ્તુ કીડા મારનાર છે. રસાયણ વિદોએ દાડમની અસરોનાં ખુલાસો કરતાં તેને રાહત આપનાર, ઠંડક પહોંચાડનાર, પાચન શક્તિ વધારનાર, ભૂખ લગાડનાર ગણેલ છે. દાડમ અને તેનો અર્કને ઉત્તમ પીણું શક્તિ આપનાર ખોરાક અને ફાયદા કારક દવા છે.

દાડમના ઝાડની જડ, તાજી છાલ બે ઔંસ લઈ લે, જો તે ન મળે તો ઝાડની છાલ લઈને તેને તોડીને નાના નાના ટુકડા કરે. તેને બે લીટર પાણીમાં એટલુ પકાવે કે પાણી અર્ધુ રહી જાય. પછી તેને ગાળી લે. પછી આ ઉકાળાના બે ઔંસ (લગભગ મોટા ઘુંટડા બરાબર થાય છે) સવારે નરણા કોઠે આપવામાં આવે દરેક અડધા કલાક પછી આવી રીતે ચાર વખત આપે. આના પછી થોડું દિવેલ તેલ (કેસ્ટ્રોલ) પીવડાવે જેથી જુલાબ દ્વારા કીડા નીકળી જાય. આનાથી લાંબા કીડા પણ નીકળી જાય છે. તેનાથી નજાત મેળવવાનો એક જ પ્રકાર છે. કે કીડાનું માથું બહાર નીકળી જાય. આમ સામાન્ય દવાથી બનતુ નથી. કેટલાક તબીબોએ દાડમનો ઉકાળો તૈયાર કરતી વખતે લવીંગના કેટલાક દાણા નાખવાની ભલામણ કરી છે. આ ઉકાળામાં તજ મેળવ્યા અને આપતી વખતે થોડું મધ પણ ભેળવ્યું જેથી ઉકાળો સ્વાદિષ્ટ બન્યો અને આંતરડામાં ઉત્થાન રહયો નહી.

બાળકોનો 'સૂખા'નો રોગ (બાળક પાતળું થઇ જવુ) અને આંતરડાના ક્ષયમાં ભારતના તબીબો દાડમના ઉકાળાને ફાયદાકારક ગણાવે છે. બંગાળના તબીબો દાડમના ઉકાળામાં લવીંગ, અદરક અને માઝૂ (એક ગોળ ફળ જે દવામાં વપરાય છે "માઝૂફળ") મેળવીને બવાસીર (મસામાં) આપે છે. મેલેરિયા અને જૂના તાવમાં દર્દીને કમજોરી સાથે દરેક સમયે તરસ લાગે છે તેમાં દાડમનો ઉકાળો સરળ ઉપાય છે. જૂની ખાંસીમાં દાડમના ફુલને સૂકવીને તેના ચાર ફુલ આપવા ફાયદાકારક છે. જૂના મરડા અને અતિસારમાં મકબુલ નુસ્ખામાં દાડમની ખુલેલી કળીયો સુકવીને તેમાં લીલી ઈલાયચી અને છાલ મેળવીને તેમાં ખાંડ અને પાણી મેળવી ઘાટું શરબત બનાવવામાં આવે છે.



પીલુડી બે પ્રકારમાં જોવામાં આવે છે. પ્રથમ પ્રકારનું ઝાડ બાવળના વૃક્ષથી થોડું નાનું, મજબૂત થડ, મેલી છાલ, રસભરેલા પાંદડા હલ્કી પીળાશ લીલા ફૂલ આપે છે. જ્યારે બીજા પ્રકારના ઝાડની ડાળીઓ વધુ હોય છે. પરંતુ તે નમીને છતરી જેવી આકૃતિ ધારણ કરતી નથી. તેની છાલ સફેદ હલ્કા લીલા રંગના પાંદડા, હલ્કી લીલાશ, સફેદ ફળ આપે છે. તેનું લાકડુ લાલ અને સખ્ત હોય છે. તેને ઉધઈ લાગતી નથી. વજનમાં પણ ભારી હોય છે. પ્રાચીન સમયમાં બાદશાહોના તાબૂત આ લાકડામાંથી બનાવવામાં આવતા હતા.

સંશોધન પ્રમાણે જે ઊંટોનો આ ઝાડ પર ઉછેર થાય છે. તેના દૂધમાં જુદી જુદી જાતની બીમારીઓથી તંદુરસ્તી છે. પરંતુ પીલુડી ખાવાવાળી બકરીઓ અને ઊંટણીઓના દૂધમાં તેનો સ્વાદ અને ખૂશ્બુ જોવા મળે છે. આ ક્રમમાં તારિક બિન શહાબ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી એક રિવાયત

છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું તમારા માટે ઊંટણીનુ દૂધ હાજર છે. તે દરેક પ્રકારના ઝાડ પર ચરે છે. એ માટે આ દરેક બીમારીથી તંદુરસ્તી છે.

મસ્નદે અહમદ બિન હમ્બલમાં આ પ્રકારનો એક ઈરશાદ પણ તારિક બિન શહાબ રદિયલ્લાહુ અન્હુના સબંધેથી ગાયના દૂધ વિશે આવી હકીકત પણ મળે છે કે તે દરેક પ્રકારના ઝાડથી ચરે છે.

જયારે કે મુસ્તદરકુલ્હાકીમમાં અબ્દુલ્લાહ બીન મસઉદ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું અલ્લાહ તઆલાએ એવી કોઈ બીમારી નથી ઉતારી જેનો ઈલાજ પણ નાઝિલ ન કરવામાં આવ્યો હોય સિવાય મોત તમારા માટે ગાયનું દૂધ હાજર છે. કેમકે તે દરેક પ્રકારના ઝાડથી ચરે છે.

ઇરશાદે બારી

ઇન્ના અસ્હાબલ જન્નતિલ યવમા ફી શુગુલિન ફાકિહૂન ૦ વ અઝવાજુહુમ ફી ઝિલાલિન અલલ અરાઇકિ મુત્તકિઊન

(સૂરએ યાસીન આ. નં ૫૫, ૫૬)

(બેશક જન્નતવાળાઓ આજે દિલના આનંદમાં ચેન કરે છે. તેઓ અને તેમની પત્નીઓ છાંયડાઓમાં છે. તખતો પર તકિયા લગાડીને)

ઇન્નલ અબ્રારા લ-ફી નઇમિન અલલ અરાઇક યન્ઝુરૂન.

(સૂરએ મુતફફિફીન આ નં ૨૨, ૨૩)

(બેશક માણસો જરૂર રાહતમાં છે તખતા પર જૂએ છે.)

ફલ યવ્મલ લઝીના આ-મનૂ મિનલ કુફ-ફારિ યદ-હકૂન ૦ અલલ અરાઇકિ યન્ઝુરૂન

(સૂરએ મુતફફિફીન આ. નં ૩૪, ૩૫) (તો આજે ઈમાનવાળાઓ કાફિરો પર હસે છે તખતો પર બેસીને જુએ છે.)

આ તમામ આયતો જન્નતમાં જવાવાળાઓ માટે ઈમાન વિશે છે. અરાક પીલૂડીના ઝાડને પણ કહે છે.

ઈરશાદે નબવી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ

હઝરત અલી હયઝતુલ્સહાબી રહમતુલ્લાહ અલયહિ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે મને પીલુડીની ડાળી આપી અને ફરમાવ્યું કે આનાથી દાતણ કરો. (ઈબ્ને સાઅદ)

હઝરત અબી ઝયદ આફકી રદિયલ્લાહુ તઆલા અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું દાતણ ત્રણ પ્રકારના દુરસ્ત છે. જો પીલુડી પ્રાપ્ત ન થાય તો અનમ (એક પ્રકારનો વેલો જેની ડાળીઓ નરમ અને મુલાયમ હોય છે) અને સનોબર (ચીડનું વૃક્ષ) (અબૂ નઈમ)

આ અંગે એક દિલચસ્પ બનાવ હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન મસ્ઉદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ પોતાની આપવિતી આ રીતે બયાન કરે છે. તેઓ દાતણ ઉતારવા માટે પીલુડીના ઝાડ પર ચડયા. તેમની પગની પીંડીઓ બહુ દુબળી પાતળી હતી. જયારે હવાનો ઝપાટો આવ્યો તો તે ખુલ્લી થઈ ગઈ. ત્યારે તમામ સાથીઓ હસવા લાગ્યા. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પણ હાજર હતા તેઓએ પૂછયું તમે કઈ વાત પર હસી રહયા છો ? તેઓએ કહયું કે અય અલ્લાહના નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ અમે તેમની દુબળી પાતળી પીંડીઓ પર હસી રહયા છીએ. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કસમ છે તે ઝાતની જેના કબજામાં મારી જાન છે. કિયામતના દિવસે તે ત્રાજવામાં કોઈથી પણ વજનદાર હશે. (મસ્નદે અહમદ)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે અમે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની સાથે મરઝહરાનમાં

હતા કે પીલુડીના ફળ વીણવા નીકળ્યા તેમણે સૂચના આપી કે જોઇને કાળા દાણા વીણીને લાવો કેમકે તે ઉમદા હોય છે. અમે પૂછયું કે શું આપ પણ બકરીઓ ચરાવતા રહયા છો ? તો ફરમાવ્યું હાં ! કોઇ નબી એવો નથી જેણે કયારેય બકરીઓ ચરાવી ન હોય.

(બુખારી, મુસ્લિમ)

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

પીલુડીનો મહત્વનો ઉપયોગ દાતણ છે. તે દાંતોની સફાઇ કરે છે મસોડામાંથી ગંદા પીપ વિગેરે કાઢે છે. અને દાંતોને મજબૂત બનાવે છે. પીલુડીના પાંદાડાઓને ઝૈતૂનના તેલમાં ઉકાળીને તેની માલિશ કરવાથી વાના દર્દમાં ફાયદો થાય છે. આ જ તેલ મસા, ખંજવાળ, અને કોઢમાં ફાયદાકારક છે. પીલુડીનું દાતણ વધારે પડતુ કરવાથી મોં પાકી શકે છે. આના પાંદડાના લેપથી શરદી સળેખમ વિગેરે રોકાઇ જાય છે. આના પાંદડાને કુટીને ઝૈતૂનના તેલમાં બાળેલી જગ્યા પર લેપ કરવાથી ફોલ્લા પડતા નથી કે પીપ થતું નથી. આ નુસ્ખા પ્રમાણે ફોલ્લા પર લગાવવાથી તે જલ્દી મટી જાય છે.

પ્રાચીન હકીમોએ પીલુડીનાં ફુલોને સુકવીને વાટી લેવામાં આવે અને તેમાં ચપટી મધમાં મેળવી દિવસમાં બે ત્રણ વખત ખાવાથી આંતરડાના જુના ઘા ભરાઈ જાય છે. પીલુડીના પત્તા ઉકાળીને તેના કોગળા કરવાથી મોંમા પડેલા છાલામાં ફાયદો થાય છે. આ ઉપાયમાં તેના પત્તાનો ઉકાળો કાઢી તેમાં સિરકો મેળવી મોંના છાલામાં ખૂબ જ ફાયદા સાથે ઉપયોગ કર્યો છે. તેના પાંદડાના રસ પેઢા પર ઘસવાથી પેઢાનો સોજો ઉતરી જાય છે. તેનો પાંદડાનો રસ કાઢી તેમાં ઝૈતૂનનું તેલ મેળવીને વા ના સોજાવાળી જગ્યા પર માલિસ કરવાથી ફાયદો

થાય છે. આ તેલમાં રૂ પલાળી મસા પર લગાડવાથી તે ખતમ થઇ જાય છે. પીલુડીની છાલને વાટીને છ ગ્રામ પાવડરમાં સાત દાણા કાળા મરી સાત દિવસ ખાવાથી મસા મટી જાય છે પેટના કીડા મરી જાય છે.

મિસ્વાક(દાતણ) કરવાના નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

હઝરત મિકદામ બિન શરીહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ પોતાના મહોતરમ વાલિદથી રિવાયત કરે છે કે મેં આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી પૂછયું કે ઘરમાં તશરીફ લાવ્યા પછી નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ કયું કામ સૌથી પ્રથમ કરતા હતા. ફરમાવ્યું "મિસ્વાક" (મુસ્લીમ)

હઝરત અબૂ હુરૈરાહ અને હઝરત અબી સલ્મા રદિયલ્લાહુ અન્હુમે રિવાયત કરી છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું જો મને એ અનુભવ ન થતો કે મારી ઉમ્મત પર બોજ થશે. તો હું હુકમ આપતો કે દરેક નમાઝથી પહેલા દાતણ કરવામાં આવે.

(મુસ્લીમ તિરમીઝી)

આ સિલસિલામાં બીજી રિવાયત હઝરત ખાલિદ અલ્જહની રદિયલ્લાહુ અન્હુથી મળે છે. જેમાં આ શબ્દોનો વધારો જોવા મળે છે. અને હું ઈશાની નમાઝને રાતનો ત્રીજો ભાગ પસાર થવા પર છેલ્લી કરૂં છું." (મસ્નદે અહમદ)

આ જ પવિત્ર હુકમ મસ્નદે બઝાઝમાં હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છે. હઝરત અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ અબ્દુલ મુત્તલીબની રિવાયતમાં મુસ્તદરકુલ્હાકિમે વધારો કર્યો છે.

જે રીતે નમાઝમાં લોકો માટે વુઝૂ ફર્ઝ છે એવી રીતે પણ મિસ્વાકને ફર્ઝ કરી દેવામાં આવતા.

દાતણ કરવું નમાઝ માટે જરૂરી નથી પરંતુ તેના ફાયદાઓનું વર્ણન હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હા નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી રિવાયત કરે છે મિસ્વાક કર્યા પછીની એક નમાઝ વિના મિસ્વાકની નમાઝથી સિત્તેર નમાઝથી ઉત્તમ છે. (ઇબ્ને ઝુનુજૂયા)

આજ પવિત્ર ઈરશાદ જુદા શબ્દોમાં તેમનાથી મુસ્તદરકુલ હાકિમ અને મસ્નદે અહમદમાં આ રીતે બયાન કરેલ છે.

મિસ્વાક વાળી નમાઝ સાથેની વિના મિસ્વાક વાળી નમાઝ થી સીતેર વખત ઉત્તમ છે.

ઇબ્ને હબાનએ તેની મહત્તા આ રીતે વર્ણવી છે. મને મિસ્વાક કર્યા પછી બે રકાતો, વિના મિસ્વાકની સીતેર રકાતોથી વધારે પસંદ છે.

અબુ હુરૈરાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું મિસ્વાક પછી બે રકાતો તેના વિનાની સીત્તેર થી ઉત્તમ છે. અને ગુપ્ત દાવત જાહેરાત વાળીથી સીત્તેર વખત ઉત્તમ છે. અને છૂપાઈને સદકો દેવો, જાહેરમાં સદકો આપવાથી સીત્તેર ગણો ઉત્તમ છે.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું મિસ્વાકમાં દસ ફાયદાઓ છે. મોંને ખુશબુદાર બનાવે છે. મસોડાને મજબૂત કરે છે. દ્રષ્ટિને તેજ કરે છે. કફ કાઢે છે. બળતરા દૂર કરે છે. સુન્નત પર અમલ કરવાને કારણે ફરિશતાઓને ખુશ કરે છે. રબને રાજી કરે છે. નેકીઓમાં વધારાનું કારણ બને છે. જઠરની સુધારણા કરે છે.

(અબૂ નઈમ, અબૂ શયખ)

હઝરત અનસ રદિયલ્લાહુ અન્હુની હદીસમાં આ રીતે બયાન થયેલ છે. મોંને પાક કરતી, રબને રાજી કરતી શયતાનને બદગુમાન કરતી,

ભૂખ વધારતી, અને દાંતોને ચમકાવતી એક જ વાત જો જુદા જુદા સાધનો અને જુદી જુદી વ્યક્તિઓ પાસેથી સાંભળવામાં આવે તો તેમાં શકની શકયતા બાકી રહેતી નથી.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું આજ શબ્દોમાં તિબરીએ હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ થી રિવાયત કરવામાં આવી છે.

હઝરત રાફેઅ બિન ખદીજ રદિયલ્લાહુ અને હઝરત અબ્દુલ્લાહ ઉમર બિન અલ્હતલ્હ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છેકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું.

મિસ્વાક કરવું અને જુમ્આના દિવસે ગુસલ કરવું, દરેક મુસલમાન પર ફર્ઝ કરી દેવામાં આવ્યું. (અબૂ નઈમ)

મસ્નદે અલબઝાઝ માં આજ પવિત્ર ફરમાન હઝરત સૌબાન રદિયલ્લાહુ અન્હુથી બીજી રીતે રિવાયત કરવામાં આવ્યું છે.

દરેક મુસલમાન પર હક છે કે તે મિસ્વાક કરે, જુમ્આના દિવસે ગુસલ કરે અને જો શકય હોય તો તે દિવસે ખુશ્બુ લગાવે.

મિસ્વાકના માટે લાકડીની પસંદગી

હઝરત અલી હયઝતુલ્સબાહી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે. મને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે એક ડાળી પીલુડીની આપી અને ફરમાવ્યું કે આનાથી મિસ્વાક (દાતણ) કરો. (ઇબ્ને સઅદ)

કિતાબુસિવાકમાં હઝરત અલી ઝયદ ગાફકી રિવાયત કરે છે. કે રસૂલલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું મિસ્વાક ત્રણ પ્રકારના છે. જો પીલુડીના દાતણ ન મળે તો અનમ (એક વેલો) અથવા સનોબર (ચીડ) છે.

હઝરત મઆઝ બિન જબલ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું બધાથી સારૂં મિસ્વાક ઝૈતૂનના મુબારક ઝાડનું છે. કારણકે એ મોંને ખુશ્બુદાર બનાવે છે. અને બળતરાને દૂર કરે છે. આ મિસ્વાક પર મારી પણ પસંદગી છે. અને મારા પહેલા આવનારા પયગમ્બરોની પણ.

જિંદગીનું છેલ્લું કામ

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની દુન્યવી જિંદગીની આખરી ઘડીની વિગત એક લાંબી રિવાયતમાં પ્રાપ્ત થાય છે. જેનો એક ભાગ આપણા વિષયના સિલસિલાની દિલચસ્પીમાં દાખલ છે.

"પછી અબ્દુર્રહમાન અબુબક્ર રદિયલ્લાહુ અન્હુ અંદર આવ્યા તેમના પાસે મિસ્વાક હતું. જેનાથી તેઓ પોતાના દાંત ઘસી રહયા છે. મેં હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તે તરફ નજર નાંખીને જોયું. મેં આ મિસ્વાક અબ્દુર્રહમાન રદિયલ્લાહુ અન્હુથી માંગીને તેને કાપ્યું, પછી પોતાના દાંતોથી નરમ કર્યું અને તેમને આપી દીધું તેમણે મિસ્વાક કર્યું તે વખતે તેમનુ માથું મારી છાતી પર હતું." (બુખારી, મુસ્લિમ)

આ બનાવ મિસ્વાકની મહત્તાના સિલસિલામાં છેલ્લો શબ્દ કહી શકાય છે. કેમકે હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પોતની દુન્યવી જિંદગીમાં જે છેલ્લું કામ કર્યું, તે મિસ્વાક હતુ.



મુહદ્દિસીનનું નિરીક્ષણ

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને મિસ્વાકથી જે પ્રકારનો લગાવ હતો તેના વિશે રિવાયતોની કમી નથી. હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ જ્યારે એક રાત્રે તેમના ઘરમાં મુકામ કર્યો ફરમાવ્યું અથવા તેઓ તહજુદ માટે ઉઠયા અને સૌથી પ્રથમ દાતણ કર્યું. તેઓ રોઝા દરમ્યાન મિસ્વાક કરતા. અને તેઓનું છેવટનું કાર્ય પણ મિસ્વાક જ હતું. તેમની આવો સખ્ત લગાવનો અંદાજો લગાવી શકાય છે કે તે મિસ્વાકના ફાયદાઓની સંખ્યા કેટલી હશે ?

મિસ્વાક કરવાની એક સારી રીત એ છે કે તેને આખી રાત ગુલાબના અર્કમાં પલાળીને સવારે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે. આ મિસ્વાક યાદદાસ્તમાં વધારો કરે છે. શ્વાસને સુંગધીદાર બનાવે છે. મસોડાને મજબૂત કરે છે, કફ કાઢવો, દષ્ટિને તેજ કરવી, જઠરની સુધારણા, આવાજ નિખારવો, ખાણાને હજમ કરવું, આવાજમાં ગુંજ આપવી. મિસ્વાક કરવાથી ખુદાની ખુશનુદીના સાથે સારી ઊંઘ પણ આવે છે. કિરઅત કરવાવાળા માટે કિંમતી ભેટ છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની મુબારક આદત વિશે હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે દિવસ શરૂ થવા અને પૂરૂ થવા પર મિસ્વાક કરતા હતા.

રોઝા દરમ્યાન મિસવાક કરવા વિશે કેટલાક લોકો મતભેદ કરતા રહયા છે. પરંતુ હદીસોમાં રોઝા દરમ્યાન મિસ્વાકની સનદ પ્રાપ્ત છે. હઝરત આમિર બિન રબિઅ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે મેં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જોયા કે તેઓ રોઝાની હાલતમાં મિસવાક કરતા હતા.

હકીકત એ છે કે રોઝામાં દાતણ કરવું રોઝદારની તંદુરસ્તી માટે પણ ફાયદા કારક છે.

જેના દાંત ખરાબ થઈ જાય તેનું પેટ પણ ખરાબ થઈ જાય છે.

દાંત સાફ રાખવાના સિલસિલામાં અબુ હમીદ સાઅદી રદિયલ્લાહુ અન્હુનો બનાવ પ્રખ્યાત બનાવ છે. તેમણે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ની ખિદમતમાં દૂધનો પ્યાલો રજૂ કર્યો તેમણે દૂધ પીધા પછી દાંત સાફ કરવા માટે પાણી માંગ્યુ અને કહયું કે દૂધમાં ચિકાશ હોય છે. જે દાંતો ને ચોંટી જાય છે. તે માટે દાંતો સાફ કરવા જરૂરી છે.

સખત વસ્તુઓ ખાવાથી દાંતોને કસરત મળે છે

રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું ગોશ્તને છરી વડે કાપો નહિ કેમકે આ અજમીઓની રીત છે. તેને દાંતોથી તોડીને ખાવું કેમકે આમ કરવુ રુચિકર અને મજેદાર છે. (અબૂ દાઉદ, બયહકી)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ખાતી વખતે દાંતોમાં ખોરાકનો કેટલોક ભાગ તથા રેસાઓ ભરાઈ જાય છે. તેનાથી દાંતમાં સડો અને ખરાબ વાસ આવે છે. એટલે આવા ભરાયેલા ખોરાકને દૂર કરવા માટે લાકડીથી દાંત ખોતરવાની રીત બતાવી છે. દાંત ખોતરવા માટે મીઠી લાકડીઓ વાપરવાની મનાઈ ફરમાવી છે. જેવીકે સફરજન, દ્રાક્ષ વિગેરેની લાકડી દાંત ખોતરવા માટેની લાકડી કડવી હોવી જોઈએ.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પોતાની જિંદગીમાં દાતણને દરેક પ્રકારની મહત્તા આપતા હતા તેઓ તાજી ડાળીનું દાતણ કરતા પહેલા તેઓ તેને ચાવીને નરમ કરતા હતા પછી તેનો ઉપયોગ કરતા

હતા હઝરત ઈબ્ને અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ તેઓને તહજ્જુદના પહેલા દાતણ કરતા જોયા. તેઓ સવારે ઉઠીને દાતણ કરતા, સુતી વખતે દાતણ કરતા, દરેક નમાઝની પહેલા દાંતણ કરતા હતા. તેઓએ છેલ્લું કામ પણ દાતણ કરવાનું કર્યું. આ માટે તેઓ પીલુડીના ઝાડની લાકડી પસંદ કરતા હતા. એક રિવાયતમાં ઝૈતૂનના દાતણને પણ પસંદ કર્યું.

જંગે ઉહદમાં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ના કેટલાક દાંત તૂટી ગયા, કેટલાક હાલવા લાગ્યા, મોં પર ના ઘા સિવાય તેમના ગાલ અને માથા પર ઘા હતા. સંભવત માથા અને ચહેરાના હાડકા પણ તૂટી ગયા હતા. આવા ઘા બીજા કોઈ શખ્શને થતા તો તેને આઘાત લાગતો. ચહેરા પર સોજા, દ્રષ્ટિ કમજોર પડતી, મોંમાથી લોહી વહેતુ, મોં પર સોજા આવતા. પછી તાવ આવતો આવા દર્દીઓને ઓછામાં ઓછો એક મહિનો પસાર કરવો ખૂબજ કઠીન બનતો. પરંતુ આ જંગની વિગતો જુઓ આ તમામ વસ્તુઓમાંથી કાંઈપણ ન બન્યું. તેઓએ ઘાને તાજા પાણીથી ધોઈ નાખ્યા અને સોજાની અસરોને દૂર કરી દીધી. વહેતુ લોહી બંદ કરવા માટે બુરી બાળીને રાખ ભરી. અને હાલતા દાંતો માટે પછી સોનાના તાર લગાવી દીધા. જંગ પછી નુકશાનનું નિરીક્ષણ કર્યું. શહીદોને દફન કરવાની જગ્યા મુકર્રર કરી શહીદોની જનાઝાની નમાઝ પઢી, મદીના શરીફમાં આવવા વાળાનાં સવાલોના જવાબો આપ્યા. અને એક સામાન્ય આદમીની જેમ ઘેર પાછા ફર્યા.

આપણા બુઝર્ગો જેઓ દાતણ કર્યા કરતા હતા પોતાની છેલ્લી જિંદગી સુધી તેમના દાંતો મોતીઓની જેમ ચમકતા હતા. તેઓ દરેક પ્રકારનો ખોરાક લેતા હતા અને તેમના દાંતો ઉંમરની સાથે દાંત ઓછા થયા ન હતા. આ દાતણ નો ચમત્કાર હતો.

સુંઠ

આદુમાંથી સુંઠ બનાવવા માટે, આદુને ચટાઈઓ પર તડકામાં ફેલાવી દેવામાં આવે છે. રોજ ઉલટ પુલટ કરવામાં આવે છે. છ દિવસ સુકાઈને ૭૦ ટકા વજનમાં હલ્કી થઈ જાય છે. આ સૂકાઈ ગયેલ આદુને સુંઠ કહેવાય છે. અદરકને સુકવીને પછી તેનો પાવડર તૈયાર કરવામાં આવે છે આ પાવડર મુદત સુધી બગડતો નથી. ઈરશાદે રબ્બાની

વ યુ સુ વ ના ફીહા કઅ-સન કાના મિઝાજુહા ઝન જબીલા

(સુરએ દહર આ. નં. ૧૭)

(અને તેમાં એવા જામ પીવડાવવામાં આવશે જેનું મિશ્રણ આદૂનુ હશે)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદ

શહેનશાહે રોમે રસૂલલ્લાહ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતે અકદસમાં એક મુરબ્બો એક વખતે ભેટ તરીકે રજૂ કર્યો. હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તેનો સ્વીકાર કર્યો. પછી તેમાંથી એક એક કટકો લોકોને આપ્યો અને ફરમાવ્યું મને પણ એક ટુકડો મળ્યો જેને મેં ખાધો. (અબૂ નઈમ)

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

સુંઠ શરીરમાં ગરમી પૈદા કરે છે. ખોરાકને હજમ કરવામાં સહાય કરે છે પેટને નરમ કરે છે. કબજિયાતને દૂર કરે છે. પરંતુ તે જુલાબ નથી પચવામાં ભારે ખોરાકના કારણે પૈદા થવા વાળો ગેસને દૂર કરે છે આંખોમાં બળતરાના કારણે દ્રષ્ટિમાં કમી થઈ ગઈ હોય તો તેને દૂર કરે છે. આ માટે અદરખમાં (આદૂ)માં સળી નાંખી આંખમાં ફેરવવામાં આવે છે. આંતરડામાંથી ગંદા તત્વોને અને ગંદી હવા નીકાળે છે. પુરૂષની વિર્ય શક્તિમાં વધારો કરે છે.

જો બે માસા અદરખ તેના જેટલી ખાંડની સાથે મેળવી ગરમ પાણીની સાથે ખાવામાં આવે તો પાચન શક્તિમાં વધારો થાય છે. આ સિલસિલામાં ઈબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ લખે છે કે આનુ તેલ ડાયાબિટીસમાં લાભકારી છે. ખાંસી, કફને દૂર કરવાવાળી મેળવણીમાં અદરખને સામેલ કરવાથી તેના ફાયદામાં વધારો થાય છે.

લગાતાર ખરાબીના કારણે જઠર સુસ્ત થઈ ગયું હોય અને ભૂખ ઓછી લગતી હોય અને ખોરાક હજમ થવામાં વાર લાગતી હોય તો અદરખ ખૂબ લાભદાયક છે. તે શ્વાસની દૂર્ગંધને દૂર કરે છે. અને મોંના સ્વાદને ઠીક કરે છે. તેની સાથે અદરખ ખાવાથી કફ ખતમ થઈ જાય છે. માછલીની સાથે અદરખ ખાવાથી વધુ તરસ લાગતી નથી. અદરખનો મુરબ્બો વાપરવો સરળ અને લાભકારક છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

સુંઠનો મુરબ્બો બનાવવાની રીત : હકીમ મુહમ્મદ કાઝીમે લખ્યું છે કે સુંઠનો મુરબ્બો બનાવવા માટે તેના મોટા મોટા કટકા કરીને તેને વીસ દિવસ સુધી પાણીમાં પલાળવા. પછી તેને નીચોવીને તેમાં પાણી અને મધ મેળવીને માટીની હાંડીમાં ખૂબ ઉકાળવું. પછી મધને અલગ કરીને તેની ઝાગ (પાણીને ઉકાળવાથી જે સફેદ સફેદ પરપોટા થાય છે) તે દૂર કરવા. અને સુંઠના સો ટુકડા હોય તો તેના માટે તજ, લવીંગ, ઈલાયચી સરખા વજને મેળવીને તેના અઢી તોલા વાટીને મેળવી દે. તેના પ્રમાણે ત્રણ રતી કસતુરી પણ મેળવવી ફાયદાકારક છે. અસલ કસ્તુરી હવે મળવી મુશ્કેલ છે. બજારમાં મળવા વાળી કસ્તુરી જુદા પ્રકારની છે. તે રસાયણિક પ્રકિયા દ્વારા તૈયાર થાય છે. જે નુકશાન કારક પણ બની શકે છે. આ મુરબ્બો જઠરની કમજોરીને દૂર કરે છે. તેમજ મુત્રકોષની કમજોરી પણ દૂર કરે છે. પૈશાબ વધુ કરાવે છે. મેલેરીયા અને તાવની સખ્તાઈને દૂર કરે છે.

અદરખ જઠર અને મગજ માટે શક્તિ આપનાર છે. ભૂખ વધારે છે. યાંદદાસ્તની ખરાબીને દૂર કરે છે. ગેસને દૂર કરે છે. ખોરાકને હજમ કરે છે. એક જ સમયે એ કબજીયાત પણ કરે છે: અને ઝાડા પણ કરે છે. જો પેટમાં ગંદકી એકઠી થઈ ગઈ હોય તો તેને બહાર કાઢવા માટે જુલાબ છે જ્યારે તે નિકળી જાય છે. ત્યારે કબજિયાત કરનાર બની જાય છે. પ્રાચીન હકીમો સાત માસા સુંઠ ને વાટીને તેમાં ખાંડ મેળવી પાણીની સાથે પેટને સાફ કરવા અને છાતીમાં જામેલ કફને કાઢવા માટે આપતા આવ્યા છે. આ નુસ્ખા દ્વારા કફજન્ય ખાંસી દૂર થાય છે. અનુભવ મુજબ અખતરા માટે આ તેનો મુરબ્બા સાથે આપવો ઉત્તમ ઉપાય છે.

અદરખની સાથે પિસ્તા અને બદામ મેળવીને ખાવું વિર્ય શક્તિ વધારનાર છે. માછલી ખાધા પછી સુંઠનો પાવડર ફાંકી લેવાથી તરસ લાગતી નથી. અને ભૂખને વધારે છે.

દમના દર્દીઓને આના ઉપયોગથી રાહત થાય છે. આંખમાં સળી લગાડવાથી જાલા (આંખપર બાઝતુ જાળુ એક રોગ) અને ફુલુ ઠીક થઈ જાય છે.

વૈદ્ય કહે છે કે સુંઠને બકરીના દૂધમાં મેળવીને માથાની આજુબાજુમાં લેપ કરવાથી આધાશીશીનું દર્દ મટી જાય છે. એને બકરીના દૂધ સાથે ખાવાથી જલ્દી હજમ થાય છે. ઉલ્ટી રોકાઈ જાય છે. અને શરીરમાં ગરમી પૈદા થાય છે. અને વિર્ય શક્તિમાં વધારો થાય છે. અવાજ માં નિખાર આવે છે. સુંઠની સાથે આમળા અને પીપળની જડમાં મધ મેળવી વારંવાર ચટાડવાથી હિચકી બંધ થઈ જાય છે. હિચકી માટે શુધ્ધ સુંઠનો પાવડર પણ બકરીના દૂધ સાથે આપવામાં આવે તો ફાયદો થાય છે. સુંઠ અને સીંધવ મીઠુ વાટીને સુંઘવાથી શરદીથી થતો માથાનો દૂખાવો દૂર થઈ જાય છે.

સુંઠની સાથે જાયફળ અને અસગંધ (એક સફેદ જડ જેમાં ઘોડાના પરસેવાની વાસ આવે છે)ને વાટીને તેલમાં મેળવીને માલીસ કરવાથી સંધિવાના દર્દમાં ફાયદાકારક છે. આ નુસ્ખામાં ઝૈતુનનું તેલ નાંખીને પાંચ મિનીટ ઉકાળ્યા પછી આગળના દિવસે ગાળીને માલિસમાં ઉપયોગ કર્યો ફાયદાકારક જણાયું.

[illegible]

લસણ માટે જે વિચારો મશ્હુર છે. કેટલાકનો એ વિચાર છે કે તેના ખાવાથી નસો ખુલી જાય છે. કેટલાક મુદ્દતોથી તે ખાય છે તેનાથી બલ્ડપ્રેશરમાં કમી થાય છે. પરંતુ વર્ષોના આ કાર્યથી અને લસણના ઉપયોગથી કોઈ ફાયદો પ્રાપ્ત થયાનું જણાયું નથી. લોકો લસણની ગોળીઓ ખાતા રહે છે. દિલનો દોરો પડતો રહે છે. લસણને દવા તરીકે ઉપયોગ કર્યા પછી પણ તેનાથી થતો ફાયદાનો દાવો કરવામાં આવેલ નથી. જેને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે નાપસંદ કરેલ તે કદાપી પણ ફાયદાકારક નથી. જે ફાયદો લસણનો બતાવેલ છે તમામ અદરકમાં મળી આવે છે. એ હકીકત છે કે અદરક લોહીની નસો પર જામેલી ચરબીને ઉતારી દે છે. દિલના કાર્યોને મજબૂત કરે છે. પગો અને બીજી સ્થળ પર એકઠું થયેલ પાણી નીકાળી દે છે. જઠરની ખરાબીમાં વધુ મહત્વનું છે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે નિશ્ચિત રૂપે મસાની શિફા માટે અંજીર બતાવેલ છે. (ઉર્દુ લેખકે) સેંકડો દર્દીઓને આ ઉપાય બતાવ્યો છે. બલ્ડપ્રેશર અને જઠરના રોગમાં પણ ઉત્સાહ વર્ધક પરીણામ જણાયું છે. જો કે અદરકના ફાયદાઓ અંજીરથી મળતા આવે છે. એ માટે બન્નેને મેળવીને ઉપાય કર્યો. ઘણી જલ્દી સારું થયું. કેટલાક દર્દીઓને લાંબા નુસ્ખાને બદલે જમ્યા પછી અંજીરના બે ત્રણ ટુકડા અને અદરકનો મુરબ્બો બતાવ્યા તમામ ખુશ રહયા.

ડાયાબીટીસના બન્ને પ્રકાર માટે અદરકના પાણીમાં મધ મેળવીને દિવસમાં વારંવાર ચટાડવાથી ફાયદો થાય છે. અદરકનો ઉકાળો અને સુંઠનો પાવડર સોડા બાય કાર્બન સાથે આપવાથી સંધિવા (વા)ની બળતરા અને ઘા ઠીક થઇ જાય છે.

આબે ઝમઝમ

મક્કાહ મોઅઝ્ઝમાની મસ્જિદે હરામમાં કાબા શરીફથી ૧૫ મીટરના અંતરે દક્ષિણ પૂર્વમાં હજરે અસ્વદની સીધમાં એક કુવો આવેલો છે. તેના પાણીને આબે ઝમઝમ કહે છે. આ કુવો કાબા શરીફથી પણ પ્રાચીન છે. તેની ઉંડાઇ વિશે અત્યાર સુધી અનુમાન હતું કે ૧૪૦ ફુટ છે. પરંતુ હાલમાં તપાસ કરતા તે ૨૦૭ ફુટ જણાયો. શકય છે કે નિરંતર પાણી નીકળવાને કારણે તે ઉંડો થઇ ગયો હોય. મુસલમાનોના નજીક તેનું પાણી પવિત્ર છે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે તે પાણીને ઉભા ઉભા પીધું આ માટે એક ખાસ દુઆ કરી.

"અય અલ્લાહ હું તારાથી સવાલ કરૂં છું એક એવી વીદ્યા (ઇલ્મ) જે ફાયદો આપવા વાળી હોય, એવી રોજી જે મને ખુલ્લા મને અર્પણ કરવામાં આવે, મને તમામ દર્દોથી તંદુરસ્તી આપ."

તેઓ જાતે ખૂબ જ ઇજ્જતની સાથે પીતા રહયા અને જ્યારે હિજરત કરી મદીનહ મુનવ્વરા તશરીફ લઇ ગયા. ત્યારે સુલેહ હુદૈબિય્યહના સમયે મંગાવીને પીધું. અને પાછા ફરતા સાથે લઇ આવ્યા. તેના પછી હઝરત આઇશા સિદીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા અને બીજા સહાબાએ કિરામ રદિયલ્લાહુ અન્હુમ તેના વધુ ફાયદાઓ માટે હજના પ્રવાસથી પાછા ફરતી વખતે સાથે લાવ્યા કરતા હતા. અને એક ખુશ રિવાજ આ જ રીતે આજે પણ ચાલુ છે.

આબે ઝમઝમની પસંદગી અને પવિત્રતાથી અસર પામીને કેટલાય ધર્મોએ પોતાના માનવાવાળાના માટે પવિત્ર પાણીની તપાસ કરી. તેમાંથી અધિક પાણી બીમારીઓનું કારણ બન્યું. કેમકે ગંદુ પાણી પીવાથી પેટની કેટલીક બીમારીઓ પેદા થઇ શકે છે. કમાલની વાત એ છે કે ઈસ્લામનાં ઈતિહાસમાં આજ સુધી આબે ઝમઝમનું પાણી પીને બીમાર થયો નથી. તેનાથી વિરૂધ્ધ એવું કોઈ પાણી ઈતિહાસમાં કોઈપણ સમયમાં કોઈપણ પ્રદેશમાં પ્રખ્યાત થયું નથી. જેના કારણથી લોકો બીમાર ન થયા હોય. ખાણનું પાણી (ખનીજ) શક્તિ માટે પીએ છે. આવું પાણી પીને શક્તિ પ્રાપ્ત કરનાર અત્યાર સુધી કોઇ જોવામાં આવ્યું નથી.

[illegible]

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ બયાન ફરમાવે છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે સુલેહ હુદેબિય્યહની વાતચીત દરમ્યાન કુરૈશના એક શખ્સને આ વાત પર હુદેબિય્યહ માં નિયુક્ત કર્યો તેઓ ઝમઝમ લાવ્યા અને આપ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તેને પાછા ફરતી વખતે મદીના માં પાછા લઈને ગયા (રઝીન)

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફત્તેહ મક્કાહ પછી મક્કાહના આલિમ અને ખતીબ સુહૈલ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુ ના નામે તુરતજ અમલ કરવા માટે એક પત્ર લખ્યો.

મારો પત્ર જે સમયે તમને મળે, જો સાંજે મળે તો સવાર સુધી પ્રતિક્ષા કરવી નહિ. જો સવારે મળે તો સાંજ થયા પહેલા મને ઝમઝમનું પાણી રવાના કરી દેવું. (રિસાલતે નબવીયા સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ)

હુઝૂરે અકરમ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પછી ઉમ્મુલ મુઅમિનીન હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાના રિવાજ

મુજબ તેમનાથી જ રિવાયત છે. તે ઝમઝમ પોતાના સાથે લઈ આવતી હતી અને બતાવતી હતી. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ પણ આજ રીતે લઈ જતા હતા. (તિરમિઝી)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું આપણી અને મુનાફિકોની વચ્ચે ફર્ક એ છે કે તેઓ આબે ઝમઝમ ને ધરાઈને પીતા નથી.

ઝમઝમના પાણીને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હંમેશા ખૂબ જ ઈજ્જત બક્ષી છે. અને મહત્તા આપી છે. એક વખતે કુવાની પાસે ઉભા રહીને પાણી નીકાળવાવાળાને ઉત્સાહિત કર્યા ફતાવાએ આલમગીરી અને તબકાત ઈબ્ને સઅદના પ્રમાણે તેઓએ થોડા વખત કુવામાંથી પોતે જાતે ડોલ નીકાળી. તેને ઉભા ઉભા પીધુ જો કે સામાન્ય રીતે તો ઉભા થઈને અથવા ખાવાને ખરાબ ગણતા હતા. આ હકીકત પર ઈમામ શાફઈ રહમતુલ્લાહ તો એટલી હદે જતા હતા કે જે શખ્શ શરીઅત બતાવનાર સામાન્ય રીતે ઉભો થઈ જાય તો તેની સાક્ષી કોઈ શરીઅતની અદાલતમાં કબૂલ કરવામાં ન આવે.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું ઝમઝમનું પાણી જે હેતુથી પીવામાં આવે તેના માટે ફાયદાકારક થશે. જો તંદુરસ્તીના હેતુ માટે પીવામાં આવે તો અલ્લાહ તેમને તંદુરસ્તી દેશે. જો તરસ માટે પીશો તો અલ્લાહ તઆલા શાંત્વન આપશે. જો તૃપ્ત થવા માટે પીશો તો અલ્લાહ તેને તૃપ્ત કરી દેશે. આ હઝરત જિબ્રઈલ અલયહિસ્સલામનો કુવો છે. અને અલ્લાહ તઆલાની તરફથી હઝરત ઈસ્માઈલ અલયહિસ્સલામની સબીલ (પાણી પીવાની જગ્યા) છે. (દારેકુત્ની)

આજ રિવાયત મુસ્તદર્ક હાકિમમાં આ વધારા સાથે મળે છે. "જો તમે અલ્લાહ થી કોઈ સિલસિલામાં પનાહ લેવા માટે પીશો તો અલ્લાહ તમને પનાહ આપશે"

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે મેં નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ઝમઝમનું પાણી પીવડાવ્યું અને તેમણે ઉભા થઈને પીધું. (બુખારી, મુસ્લિમ, ઈબ્ને માજા, નિસાઈ)

હઝરત જાબિર બિન અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી પણ ઝમઝમના ફાયદાનો ખુલાસો આ શબ્દોમાં રિવાયત કરેલ છે.

[illegible]

એક સમયે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમેં હઝરત અબુ ઝર ગિફારી રદિયલ્લાહુ અન્હુની હકીકત વિશે ફરમાવ્યું.

હઝરત અબુઝર રદિયલ્લાહુ અન્હુએ કા'બા શરીફ અને તેના પરદા વચ્ચે ચાલીસ દિવસ રાત પસાર કર્યા. અને તેમની પાસે ખાવાની કોઈ વસ્તુ ન હતી. તેઓ આ સમયમાં ઝમઝમ પીતા રહ્યા. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે આ એક સંપૂર્ણ ખોરાક હતો. બુખારીએ તેમાં વધારો કર્યો છે કે ઝમઝમ કેવળ ખોરાક જ નહિ પરંતુ બીમારીઓથી તંદુરસ્તી પણ છે.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. અલ્લાહ તઆલા ઈસ્માઈલ અલયહિસ્સલામની વાલિદા (માતુશ્રી) પર રહમ કરે કે જો તે ઝમઝમના પાણીને તેમજ છોડી દેતી અથવા તેની આજુ બાજુ દિવાલો અને ઉપરનો ઢાળ ન બનાવતી તો ઝમઝમ એક જબરજસ્ત નહેર નું રૂપ ધારણ કરત. તેનો અર્થ એ છેકે ઝમઝમનો કુવો ન હોત. પરંતુ

એક નદી હોત અને તમામ અરબને તૃપ્ત કરી દેતી. હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુથી રિવાયત છેકે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું આ પૃથ્વી પર સૌથી શ્રેષ્ઠ ફાયદાકારક અને ઉમદા પાણી ઝમઝમ નું છે.

મુહદ્દિસીનનો અનુભવ

અબ્દુલ્લાહ બિન મુબારક રહમતુલ્લાહ આ વિશે બયાન કરે છે. જયારે તેઓએ હજ્જ કરી અને આબે ઝમઝમ પાસે આવ્યા તો આ રીતે દુઆ કરી.

"અય પરવર દિગાર ! ઇબ્ને મવાલીને મુહમ્મદ બિન અલ્મુનકદિરે બતાવ્યું અને તેમણે જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ બિન અબ્દુલ્લાહ થી સાંભળ્યું કે તમારા પયગમ્બર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે કહ્યુ છે કે ઝમઝમનું પાણી જે હેતુ માટે પીવામાં આવશે ફાયદો થશે. હું તેને આ અસ્હાબ રદિયલ્લાહુ અન્હુમના કહેવા પર પીને તારી રહેમતનો ઈચ્છુક છું."

ઇબ્ને કીમ રહમતુલ્લાહ અલયહિ કહે છે કે મે અંગત રીતે અનુભવ કર્યો છે. કે ઝમઝમ પીવાથી પેટમાં પાણીનો દર્દી તંદુરસ્ત થયો. આ મારી આંખે જોયો બનાવ છે. આના સિવાય ખૂબ કષ્ટદાયક બીમારીઓના દર્દ અલ્લાહના ફઝલથી ઝમઝમ પીને તંદુરસ્ત થયા. અને એક શખ્સને જોયો જે આખો દિવસ ચાલતો ફરતો અને તવાફ કરતો હતો. તે આબે ઝમઝમના સિવાય કાંઈપણ ખાતો પીતો ન હતો તેને ભૂખ તંગ કરતી ન હતી ન તરસ. તે આ રીતે અડધો મહિનો અથવા કેટલાક દિવસ વધારે ઝમઝમ પીને તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે આ પાણી ખોરાક પણ છે અને પીણુ પણ અને બધાથી વધીને તબીયત વધારે કાયમ કરે છે.

શેખ સદૂકે "અલલ રશરાઅ" માં હઝરત અબી અબ્દુલ્લાહ હુઝૂર સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ થી બયાન કર્યું છેકે તેમના સામે ઝમઝમનાં પાણીનું વર્ણન થયું તો તેમણે અજબ સ્પષ્ટતા કરી છે. "પથ્થરો નીચે જમીનની સ્તર નીચે એક નહેર વહે છે. જ્યારે આ નહેરના પાણીએ જોશ માર્યો તો ઝમઝમનો કુવો અસ્તિત્વમાં આવ્યો. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ઝમઝમના પાણી થી નહેર બનવાના જેની શકયતાનું ઝિક્ર ફરમાવી કદાચ આ એ તરફ ઈશારો છે કે નહેર મોજૂદ છે. જો હઝરત હાજરા રદિયલ્લાહુ અન્હા તેને ન રોક્તી.

હરમ શરીફના એક ખાદિમે બતાવ્યું કે કેન્સરના એક દર્દીને જોયો જે મરણ નજીક હતો. લોકો તેને ઉઠાવીને નમાઝના સમયે મસ્જિદમાં લાવતા હતા. તે દરરોજ ઝમઝમનું પાણી પીતો હતો અને આજ પાણી સાધનમાં ભરી આખા દિવસ માટે વધુ પીવા માટે સાથે લઈ જતો હતો. થોડા દિવસ પછી તે શખ્સે પોતાના પગથી ચાલતા આવવાનું શરૂ કર્યું અને પછી સંપૂર્ણ પણે તંદુરસ્ત થઈ ગયો.

આ અંગત અનુભવ છે કે (મુળ લેખકનો) ડાયાબિટીસનો જે પણ દર્દી હજ કરવા ગયો તેણે નિયમિત રીતે ઝમઝમનુ પાણી પીધુ. તેના લોહી અને પેશાબ માંથી ખાંડ ખતમ થઈ ગઈ. અને બીજો અનુભવ બ્લડ પ્રેશરના વિશે પણ છે હજ દરમ્યાન બ્લડ પ્રેશરના દર્દીને કોઈપણ દવાની જરૂર પડતી નથી. ઝમઝમ પીવાથી પેટની બદહજમી તરત જ ખતમ થઈ જાય છે. અને નિયમસર ભૂખ લાગે છે. નિયમસર ઝમઝમ પીધા પછી પાચન શક્તિ ઉત્તમ થઈ જાય છે. જેઓ યકીન સાથે પીએ છે તેઓ પોતાનો હેતું સિધ્ધ કરી શકે છે.

[illegible]

કુર્આને મજીદમાં છે. વ હુવલ્લઝી અર સલરરિયા હા બુશ-રમ બયના ય-દય રહમતિહ વ અન્ઝલના મિનસ સમાઈ મા અન્ તહૂરલ લિ નુહયિયા બિહી બલ્દ-તમ મય તૌંવ્વ નુસકિયહૂ મિમ્મા ખ-લકના અન્આમૌંવ્વ અના સિય્યા કસીરાં

(સુરએ ફુરકાન આ. નં. ૪૮-૪૯)

(અર્થ અને તે જ છે જેણે પવન મોકલ્યા પોતાની રહમતથી આગળ ખુશ ખબર સંભળાવતા અને અમે આકાશમાંથી પાક કરનાર પાણી ઉતાર્યું. જેથી અમે એના વડે જીવંત કરીએ કોઈ મૃત શહેરને અને તે પીવડાવીએ પોતાના સર્જેલ ઘણાં પશુઓને અને માનવીઓને)

આ પાણીની પ્રશંસામાં અને મહત્તામાં એક ઈરશાદ આ પણ છે.

વ-નઝ-ઝલના મિનસ્સમાઈ માઅમ મુબા-રકન

(સુરએ કાફ આ. નં. ૯)

(અર્થ અને અમે આકાશમાંથી બરકતવાળુ પાણી ઉતાર્યું)

આ પાણી મુબારક જ નહિ પરંતુ વસ્તુઓને પાક અને સાફ કરે છે. કેમકે તેમાં ક્ષાર હોતો નથી. એટલે તે સફાઈ માટે ઉમદા છે.

ઈઝ યુગશ્શીકુ મુન્નુ આસા અ-મ-વ-તમ મિન્હુ વ યુ નઝ ઝિલુ અ-લય-કુમ મિનસ્સમાઈ માઅલ લિ-યુ તહહિર-કુમ બિહી વ યુઝહિબા અન્કુમ રિજ્ઝશ્શયતાનિ વલિ યરબિ તા અલા કુલુબિકુમ વ-યુસબ્બિતા બિહિલ અકદામ

(સુરએ અનફાલ આયત નં ૧૧)

(અર્થ જ્યારે તેણે તમને ઘેન વડે ઘેરી દીધા તો (એમાં) તેના તરફથી રાહત હતી અને આકાશમાંથી તમારા પર પાણી ઉતાર્યું જેથી તમને એના

વડે ચોખ્ખા કરી દે અને શયતાનની નાપાકી તમારાથી દૂર કરી દે. અને તમારા હ્રદયને શાંત્વન આપે અને એવી રીતે તમારા પગ જમાવી આપે)

વરસાદ થાય છે તો ધૂળ (આંધી) વિગેરે બેસી જાય છે. પહાડ, રસ્તાઓ, ઈમારતો ધોવાઈ જાય છે. પહાડોની હરીભરી માટી નદીઓમાં વહીને મૈદાની પ્રદેશમાં આવે છે.

આ ફાયદાઓ સિવાય તંદુરસ્તી વિશે હઝરત અવફ બિન માલિક અલ્શજઈ રહમતૂલ્લાહ અલયહિનાં ઈમાનનો એક નમુનો અને યકીન જૂઓ. જ્યારે તેઓ બીમાર થયા તો પુત્રથી કહયું તેઓ વરસાદનું પાણી કોઈના ઘરમાં રાખેલુ હોય તો શોધી લાવે. તેનું કારણ બતાવ્યું કે "ઉતાર્યું તેણે આસમાનથી એક બરકતવાળુ મુબારક પાણી." પછી ફરમાવ્યું હવે મધ લઈને આવો કુર્આને મજીદમાં તેના વિશે ફરમાવ્યું છે કે "તેમાં લોકો માટે બીમારીઓથી તંદુરસ્તી છે." જ્યારે તે આવી ગયું તો ઝૈતૂનનુ તેલ મંગાવ્યું કેમકે અલ્લાહ તઆલાએ ફરમાવ્યું છે કે ''આ ઝૈતુન મુબારક દરખ્તથી છે." જ્યારે આ ત્રણેય વસ્તુ આવી ગઈ તો તેને મેળવીને પી ગયા અને ખતરનાક બીમારીથી બે ત્રણ દિવસમાં તંદુરસ્ત થઈ ગયા.

ઈબ્ને કસીર રહમતુલ્લાહ અલયહિ હઝરત અલી મુર્તુઝા રદિયલ્લાહુ અન્હુના વિશે બયાન કર્યું છે કે તેઓ તંદુરસ્તી માટે દર્દીઓને ઉપદેશ આપતા ફરમાવતા હતા કે કુર્આને મજીદ ની કોઈ પણ આયત લખીને તેને વરસાદના પાણીથી ધોઈને આ પાણીમાં મધ મેળવીને પીલે, ઈન્શાઅલ્લાહ તંદુરસ્ત થઈ જશે. હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હા ફરમાવે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. ગુર્દાનું પેટ તેની જાન છે જો તેમાં બળતરા થઈ જાય તો દર્દીને સખ્ત કષ્ટ થાય છે. તેનો ઉપાય ઉકળેલા પાણી અને મધથી કરો.

કેટલાકનો મત છે કે ઉકાળેલા પાણીના બદલે વરસાદનું પાણી આપવું આ નુસ્ખાની સંપૂર્ણ રીત છે. (મધને વરસાદનું પાણી આપવાથી અનુભવે જણાયુંકે તે નુસ્ખો બીજા કરતા વધુ અસરકારક થયો.)

વરસાદના પાણીથી કપડા ધોવાથી સફાઈ અને મેલ કાઢવા માટે લાજવાબ છે. જો વરસાદનું પાણી દવામાં એકઠુ કરવામાં આવે તો વરસાદ વરસવાનો શરૂ થાય તે વખતે ન લેવું કારણ કે આબોહવામાં ધુમાડો વિગેરે અન્ય વસ્તુ વળગેલી હોય છે. પ્રથમ વરસાદ તેને ધોઈને જમીન પર લાવે છે. જ્યારે ખતમ થઈ જાય છે ત્યારે તેના પછી વરસાદનું પાણી પાક સાફ થઈ જાય છે.

ડુંગળી

કુર્આને કરીમમાં ડુંગળીના ઉલ્લેખ

વ ઇઝ-કુલ્તુમ યા મૂસા લન નસબિરા અલા તઆમિંવ વાહિદિન ફદઉ લના રબ્બકા યુખરિજ લના મિમ્મા તુમબિતુલ અરદુ મિમ બકલિહા વ કિસ્સાઇહા વ ફૂમિહા વ અ-દસિહા વ બસ-લિહા કાલા અતસ્તબદિલૂનલ લઝી હુવા અદના બિલ્લઝી હુવા ખૈર.

(સુરએ બકરહ આ. નં. ૬૧)

(અર્થ અને જ્યારે તમે કહયું અય મૂસા અમારાથી તો એક જમણ પર કદાપી સબ્ર નહિ થાય તો તમે તમારા રબ પાસે દુઆ કરો કે જમીનની ઉગાડેલી વસ્તુઓ અમારા માટે કાઢો અમુક ભાજી અને ચીભડાં અને ઘઉ અને મસૂર અને ડુંગળી ફરમાવ્યુ શું હલ્કી વસ્તુને શ્રેષ્ઠના બદલામાં માંગો છો)

કેટલાક તફસીર કારોએ ફુમનો અર્થ ઘઉ કર્યો છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ઈરશાદાત

હઝરત જાબિર અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું. જેણે આ શાકભાજી એટલે ડુંગળી, લસણ અને ગંદના માંથી કોઈ ચીજ ખાધી તે અમારી મસ્જીદમાં ન આવે (ગંદના લસણ જેવી એક વનસ્પતિ)

જાબિર રદિયલ્લાહ અન્હુનો આજ હુકમ બીજી રીતે આ પ્રમાણે રિવાયત કરેલ છે. (મુસ્લિમ, તિરમિઝી, નિસાઈ)

જેણે આ શાકભાજીમાંથી લસણ, ડુંગળી, ગંદનાને ખાધી તે અમારી મસ્જિદમાં ન આવે કેમકે ફરિશ્તાઓને પણ આ વસ્તુથી તકલીફ થાય છે. જેનાથી મનુષ્યોને તકલીફ થાય છે.

હઝરત અબુ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે. કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ડુંગળી, ગંદના અને લસણ ખાવાની મનાઈ ફરમાવી. (તયાલસી)

હઝરત મઅદાન બિન અબી તલ્હા રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે એક દિવસે હઝરત ઉમર બિન ખત્તાબ રદિયલ્લાહુ અન્હુ જુમ્આનો ખુત્બો આપવા માટે મિમ્બર પર ઉભા થયા. અને અલ્લાહ તઆલાની હમ્દો સના પછી ફરમાવ્યું આપ લોકો તમે એવા ઝાડોથી ખાવ છો. તેને હું નાપાક હોવા સિવાય કોઈ કુનિયત થી જાણતો નથી. મારો મતલબ આ લસણ અને ડુંગળીથી છે. જે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ ના સમયમાં કોઈ શખ્સ તેને ખાતો હતો તો તેના મોંમાંથી દુર્ગંધ આવતી હતી તો લોકો તેનો હાથ પકડીને કબ્રસ્તાન બકીઅ તરફ મૂકી આવતા હતા. જો તમારામાંથી કોઈ તેને ખાવા ઈચ્છે તો તેને કેવળ પકાવીને ખાઈ શકે છે.

હઝરત ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુએ આ સિધ્ધાંત સ્પષ્ટ કરી દીધો કે તેને કાચી ખાવી અયોગ્ય અને મનાઈ છે. બેશક પકાવીને ખાઈ શકાય છે. તે પણ એ માટે કે પછી તેની વાસ ખતમ થઈ જાય છે.

હઝરત ઇબ્ને ઝૈદથી એક દિલચશ્પ બનાવનું વર્ણન થયેલ છે. મેં આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી ડુંગળી વિશે પુછયું તેઓએ ફરમાવ્યું કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે જિંદગીનું છેલ્લુ ખાણું ખાધુ તેમાં ડુંગળી પણ હતી. (અબુ દાવુદ)

અબુ દાવુદે એક રિવાયત બયાન કરી છે જેના સારાંશ પ્રમાણે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે આ (ડુંગળી)ને અને લસણને ખાવા વિશે હુકમ આપ્યો. જો તેને ખાવી જ હોય તો તેને પકાવીને ખાવામાં આવે.

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

ડુંગળી સખ્ત ગરમ છે. શરીરમાં જો પાણી એકઠુ થઈ જતું હોય તો તેના માટે ફાયદા કારક છે. જિન્સી ખ્વાહિશાત (કામવાસના)માં વધારો થાય છે. વિર્યશક્તિ માં વધારો થાય છે. ભૂખ લગાડે છે. રંગ સાફ કરે છે. કફને ઘટાડે છે. અને પાચન શક્તિ વધારે છે.

ડુંગળીનું પાણી કાઢી કાનમાં ટપકાવવામાં આવે તો મેલ પૈદા થવા દેતુ નથી. બળતરાને કારણે લાલાશ આવી ગઈ હોય તો ઘટાડો કરે છે. શ્રવણ શક્તિને સુધારે છે. તેનો નિરંતર ઉપયોગ કરવાથી કાનમાં નીકળતો પ્રવાહ બંધ થઈ જાય છે. ડુંગળીની ગાંઠમાં સળી નાંખી તેને અવારનાર આંખોમાં લગાવવામાં આવે તો કહેવાય છે કે મોતિયો ઉતરતો નથી. ડુંગળીના પાણીમાં નમક (મીઠું) મેળવીને ફુણસીઓ પર લગાડવામાં આવે તો તે બેસી જાય છે. તેના પાણીને માથાની આજુબાજુ લગાડવાથી માથાનું દર્દ દૂર થઈ જાય છે. કેટલીક વખતે

જુલાબ લીધા પછી દર્દીને અતિસારની સાથે ઉલ્ટીઓ પણ શરૂ થઈ જાય છે. આવી વખતે ડુંગળીને કુટીને રૂમાલમાં મૂકીને સુંઘાડવામાં આવે તો ઉલ્ટીઓ રોકાઈ જાય છે. બેહોશી દૂર થઈ જાય છે.

ડુંગળી પકાવીને આપવાથી કમળો, જુની ખાંસી, છાતીની બળતરા કફ એકઠા થવામાં ફાયદો થાય છે. તેના ખાવાથી અવાર નવાર પેશાબ થાય છે. પેટને નરમ કરે છે.

હઝરત મુઆવિયા રદિયલ્લાહુ અન્હુ એક શંકાવાળી રિવાયત પ્રમાણે તેને ખાવાથી તંદુરસ્તી અને શક્તિ જતી રહે છે. જો તેને ગોશ્ત સાથે પકાવવામાં આવે તો તે જલ્દી પચી જાય છે. અને તેના નુકશાન ને દૂર કરે છે.

આના કારણે મોટું નુકશાન એ છે કે તે માથામાં દર્દ પૈદા કરે છે. પેટમાં ગેસ પૈદા કરે છે. દ્રષ્ટિને કમજોર કરે છે. વારંવાર ખાવાથી પાચન શક્તિ કમજોર બનાવે છે. અક્કલ કમજોર થાય છે મોંનો સ્વાદ ખરાબ કરે છે. અને જો પકવીને ખાવામાં આવે તો નુકશાન ઓછું થાય છે.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

પ્રસ્વેદ ગ્રંથિ ખોલીને પરસેવો લાવે છે. જો પકાવીને ખાવામાં આવે તો તે પાચન શક્તિમાં સુધારો કરે છે. અને ગોશ્તને પણ પચાવે છે. ગેસને દૂર કરે છે. સિરકામાં તેનું અથાણું બનાવીને ખાવાથી કમળા અને પિત્તાશયના દર્દમાં ફાયદા કારક છે. તેનું સુંઘવુ, ખાવુ બલ્કે પાસે રાખવું મહામારીનાં દિવસો માં ફાયદો કરે છે. આંખની બળતરા, સફેદી અને મોતિયાની શરૂઆતમાં ડુંગળીના રસમાં મધ મેળવી લગાડવાથી અધિક દર્દ દૂર થઈ જાય છે. તેને કુટીને ૪ થી ૭ ૧/૨ તોલા દેવાથી વિચ્છુના ઝહેરની અસર દૂર થઈ જાય છે.

સફેદ ડુંગળી ના બદલે લાલ ડુંગળી દવામાં વધુ ફાયદો કરે છે. ડુંગળીના રસને બે ગણા મધમાં મેળવી પકાવીને ઉકાળો બનાવે તેને રોજ ૯ માસા રોજ ખાવાથી જાતીય કમજોરી દૂર થઈ જાય છે. ડુંગળી પેટમાં ગંદકી પૈદા કરી શકે છે. જેની સુધારણા સિરકામાં મીઠું નાખી દૂર કરી શકાય છે. નહિં તો ખાલી ડુંગળી ખાવાથી માથાના દર્દ અને અક્કલમાં ખરાબી પૈદા થઈ શકે છે.

ગોશ્તની સાથે ડુંગળી રાંધવાથી તેની દુર્ગંધ જતી રહે છે. પરંતુ ડુંગળી વધુ ન હોવી જોઈએ નહિ તો કફમાં વધારો થઈ જશે તેનાથી ખાટા ઓડકાર બંધ થઈ જાય છે. એકલી ડુંગળી ખાવાથી ઉબકા થાય છે. ઉલ્ટી પણ થઈ શકે છે. પરંતુ સિરકો અને નમક નાંખી ખાવાથી ભૂખમાં વધારો થાય છે. તેને અડધો પાવ (નવટાંક) રસમાં પાંચ તોલા ખાંડ મેળવી પકાવી વારંવાર ખાવાથી લોહી નીકળતા મસા દૂર થઈ જાય છે.

વૈદોને ત્યાં ડુંગળીને દૂધમાં ખૂબ ઉકાળીને પછી ગાયના ઘીમાં તળવાથી તેમાં મધ મેળવી શરીરની કમ તાકત માટે આપવવામાં આવે છે. ઝેરી કીડા કરડવાથી તેને લગાડવું ફાયદાકારક છે. ખંજ્વાળમાં અકસીર છે. તેને કાનમાં નાંખવાથી દર્દ દૂર થઈ જાય છે. તેને ઉકાળીને આપવાથી કફ દૂર થઈ જાય છે. તેને સિરકામાં મેળવી અવારનવાર ચટાડવાથી ગળાની, બળતરા દૂર થઈ જાય છે. તેને રાઈના તેલમાં મેળવી સંધિવાના દર્દમાં માલિસ કરવાથી સંધિવા મટી જાય છે. તેને ખાવાથી મસોડા (પેઢા) ખરાબ થતા નથી.

ડુંગળી વિશે પ્રાચીન હકીમોથી અજબ વાતો જાણવા મળે છે. દાખલા તરીકે મહામારીના સમયે પોતાની પાસે ડુંગળી રાખવી જોઈએ જેથી મહામારીથી બચી શકાય. દરવાજા પર લટકાવવામાં આવે તો ઘર રક્ષિત રહે. ટાલ પર લગાડવામાં આવે તો વાળ ઉગી જાય, કુતરૂ

કરડે તો ઘા પર ડુંગળીનો રસ લગાડવામાં આવે અને રસ પીવડાવાવમાં આવે. જો ડુંગળી નિયમાનુસાર ખાવામાં આવે તો દાંતોની જડોમાં સડો પૈદા થતો નથી આ તમામ વાતો દરરોજના અનુભવથી ખોટી સાબિત થઈ છે.

વૈદક માં ડુંગળીનો ઉકાળો પસંદ છે. તેમના વિચારો પ્રમાણે તેના પીવાથી પેશાબની બળતરા જતી રહેતી.

ડુંગળીના તાજા રસને મસળવાથી 'લૂ' ની અસર ઠીક થઈ જાય છે. બાળકનાં ગળામાં ડુંગળી છીલી તેનો હાર બાંધવાથી બાળકોને ગરમીની મૌસમમાં 'લૂ' લાગતી નથી.

તેમાં કોઈ શક નથી કુદરતે કોઈ વસ્તુ નકામી પૈદા કરી હોય પરંતુ એવો કોઈ પણ પ્રકાર નથી કે કેવળ ડુંગળીજ દુનિયા ભરના મસ્આલાનો ઉપાય છે. ડુંગળીની વાસ નાપસંદ છે. તાવમાં આંખોમાં બળતરા પૈદા કરે છે. બાળકોને તેનો હાર ગળામાં પહેરાવવો અને આ પહેરાવી રાખવી શકય નથી જ્યારે કે દર્દીના શરીર પર ડુંગળી થી માલિશ કરવું નકામી વ્યવસ્થા છે. જ્યારે કે દર્દીના શરીર પર ઠંડુ પાણી સરળ અને વધુ ફાયદાકારક છે. સખ્ત તકલીફના સમયે ડુંગળી મંગાવવી અને તેનું પાણી નીકાળવું કષ્ટદાયક છે.

[illegible]

હકીમ સૈયદ સફીયુદ્દીન અલી એ ડુંગળીના ઉપયોગની જે રીત બયાન કરી છે. તેમના પ્રમાણે.

(૧) સોજા ઉતારવા માટે ડુંગળીને (બાફીને) ગરમ ગરમ સોજા વાળી જગ્યા પર બાંધી દે. તેની આ યોજના ગુમડાને પકાવવાની જુની રીત છે. હવે ડૉકટરો અને જંતુની વિદ્યાવાળા ઘણા આગળ વધી ગયા છે. ગુમડાને પકાવવા, તેમાં પીપ ભેગું કરવું પછી તેને કાપવા એક

કષ્ટદાયક ઉપાય છે. આધુનિક દવાઓ અને તિબ્બે નબવીની ઘણી દવાઓથી આ ગુમડાને પકાવવાના પહેલા ખતમ કરી શકાય છે.

(૨) ડુંગળીને કાપીને બેહોશી માં સુંઘાવવામાં આવે.

(૩) પેશાબ અને હૈઝની રોકાણ દૂર કરવા માટે ડુંગળીને પાણીમાં ઉકાળીને પીવડાવે.

(૪) ડુંગળી નો રસ મધમાં મેળવીને દેવાથી જુની ખાંસી દૂર થઈ જાય.

(૫) હૈઝામાં ડુંગળીનું પાણી અને ચૂનાનું પાણી મેળવીને પીવડાવે.

(૬) કમજોર વિર્ય શક્તિમાં ડુંગળીનું પાણી, મધ, અને ઘી એક સરખા ભાગે મેળવીને પકાવે જ્યારે ઘાટું થઈ જાય તો દર્દીને ચટાવે.

સ્થાયી ઉપયોગમાં તેના નુસ્ખા નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) ડુંગળીના બીજ વાટીને મધ મેળવીને ટાલ પર લેપ લગાવે

(૨) બાળકોને સિરકામાં વાટીને ખંજવાળ પર લગાવે.

(૩) ડુંગળીના બીજ વાટીને નાનો અડધો ચમચો સરખા ભાગે મધ મેળવીને કમજોર વિર્ય શક્તિ માટે સવારે સાંજે આપે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ડુંગળીને નાપસંદ કરેલ છે. જે વસ્તુને નાપસંદ કરે કયારેક પણ ફાયદા કારક થઈ શકતી નથી. એ માટે દર્દીઓનાં ઉપાયમાં ડુંગળીના ઉપયોગમાં પહેલા પણ નિષ્ફળ રહયા છે. અને હવે પણ એવું જ થશે.

મગર

જેવી રીતે દરેક બીજના ફાયદાઓ અને સખ્તી જુદી જુદી હોય છે તેવી રીતે તેને નરમ કરવાની ઘણા સમયથી જુદી જુદી રીત છે. કેટલીક દાળ જલ્દી પાકી જાય છે. કેટલીકને સમય લાગે છે. દાળ જલ્દી ગળી જાય તે માટે એક રીત એ છે કે તેને પાણીમાં પલાળવામાં આવે પછી તેને સારી રીતે મસળવામાં આવે આમ કરવાથી તેના ઉપરનું છોડું

ઉતરી જાય છે અને બીજ નરમ થઇ જાય છે. અને પછી તેને પકાવવુ સરળ થઈ જાય છે. છોડું કોઈપણ બીજનું હોય માનવીની તંદુરસ્તી માટે ફાયદાકારક છે. બીજ અને છોડાની વચ્ચે કેટલાક રસાયણિક તત્વો અને વિટામીન બી નું એક સ્તર હોય છે. છોડું ઉતારવા અને બીજને રગડીને ધોવાથી અને પછી મશીનોની સાથે ચમકાવવાથી અમલમાં વિટામીન બી નાશ પામે છે.

છોડુ જાતે હજમ થતુ નથી પરંતુ તે પેટમાં જઈને એવી પરિસ્થિતિ પૈદા કરે છે. જેનાથી પાખાનાનો અમલ સરળ થઈ જાય છે. આજ તે ખાસ કારણ છે જેની હકીકત પર નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે આટા થી ભૂસુ નીકાળવાની મનાઈ ફરમાવી. જ્યારે કોઈએ ઘણી મહેનતની સાથે તેમના માટે ઝીણાં આટાના ફુલકા શરૂ કર્યા તો તે ખાતૂનને ઉપદેશ આપ્યોકે તેને ચાળીને જે ભૂસું નીકાળેલ છે તેની બીજી વખત ભેળવી દઈને રોટલી પકાવવામાં આવે.

હઝરત મૂસા અલયહિસ્સલામની કૌમને આસમાન માંથી દરેક ખોરાક માટે ઉત્તમ પસંદગી મન અને સલવા ના રૂપમાં આપવામાં આવતો હતો. તેઓએ પોતાના નબીથી કહ્યું તે ખુદાથી કહે કે તેમને તે વસ્તુઓ આપવામાં આવે જે જમીનમાંથી પૈદા થાય છે. તેમની જરૂરીયાતમાં કાકડી, લસણ, ડુંગળી અને મસૂરની દાળ હતી

કાલા અતસ તબદિલૂનલ લઝી હુવા અદના બિલ્લઝી હુવા ખયર

(સુરએ બકરહ આ. નં. ૬૧)

(અર્થ તેઓએ કહ્યું કે તમે એક સારી ઉમદા વસ્તુના બદલે હલ્કી વસ્તુને માંગો છો)

ખોરાકની વસ્તુઓનું સંશોધન કરતા બીજની સરખામણીમાં સૌથી સારી વસ્તુ દાળ મસૂરની છે.

[illegible]

વ ઇઝ કુલ્તુમ યા મૂસા લન નસબિરા અલા તઆમિંવ વાહિદિન ફદઉ લના રબ્બકા યુખરિજ લના મિમ્મા તુમબિતુલ અરદુ મિમ બકલિહા વ કિસ્સાઇહા વ ફૂમિહા વ અ-દસિહા વ બસલિહા કાલા અતસ્તબદિલૂનલ લઝી હુવા અદના બિલ્લઝી હુવા ખૈર ઇહબિતૂ મિસ્રન ફ ઇન્ના લ-કુમ મા સઅલ્તુમ.

(સૂરએ બકરહ આ નં ૬૧)

(અર્થ અને જયારે તમે કહયું અય મૂસા અમારાથી તો એક જમણ પર કદાપી સબર નહી થાય તો તમે તમારા રબ પાસે દુઆ કરો કે જમીનની ઉગાડેલી વસ્તુઓ અમારા માટે કાઢે. અમુક ભાજી અને ચીભડાં અને ઘઉં અને મસૂર અને ડુંગળી ફરમાવ્યું શું હલ્કી વસ્તુને શ્રેષ્ઠના બદલામાં માંગો છો ઉતરો મિસર શહેરમાં તો બેશક તમારા માટે છે જે કાંઇ તમે માંગ્યું.)

[illegible]

હઝરત વાસિલા રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યુ તમારા માટે દુધી મોજૂદ છે. તે મગજની ખૂબીને વધારે છે. તમારા માટે મસૂરની દાળ મોજૂદ છે. જેની પ્રશંસા ઓછામાં ઓછા સીતેર અંબિયા (અલયહિસ્સલામ)ની જબાન પર રહી.

(તિબરાની)

જેણે દુધીની સાથે મસૂરની દાળ ખાધી તેનું દિલ તંદુરસ્ત થયું તેની વિર્ય શક્તિમાં વધારો થયો. જો તેની સાથે મીઠા દાડમ અને સમાક (એક ખાટું ફળ)નો ઉપયોગ કર્યો તો પીતની કડવાશને ઘટાડે છે.

સમાકને આપણે પથ્થર જાણીએ છીએ. જયારે કે ઝહબી તેને વનસ્પતિમાં એક હજમ કરવા અને શક્તિ વાળુ ઝાડ ગણે છે.

મુહમ્મદ અહમદ ઝહબીએ રાવીનો ઉલ્લેખ કર્યા વિના નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી દાળ વિશે આ રિવાયત પોતાની શાનદાર તાલીફ (સંપાદકિય કૃતિ) **'અત્તિબ્બુન્નબવી'** માં બયાન કર્યું છે. જેને તે બયહકીથી સબંધિત કરી છે. તેનું ખાવું દિલને નરમ અને હલ્કુ કરે છે. આંખમાંથી પાણીને બહાર કાઢવામાં વધારો કરે છે. અને ઘડપણના મસ્અલામાં ઘટાડો કરે છે.

[illegible]

ફકત મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી એ દાલનું વર્ણન કર્યું છે. ફરમાવે છે તેમાં ઠંડક છે. શરીરના અવયવોમાં તકલીફ પૈદા કરે છે પેટમાં હવા પૈદા કરે છે. તેનું આગ પર ઉકાળેલ પાણી શિતળામાં લગાડવુ અને પીવડાવવુ ફાયદાકારક છે. તેના નુકશાનથી બચવાની એક રીત એ છે કે તેને ચુકન્દરની સાથે રાંધવામાં આવે. બીજી રીત એ છે કે તેમાં ઝૈતુનનુ તેલ અને સમાકના પાન ઉમેરવામાં આવે તો નુકશાન રહેતુ નથી.

[illegible]

મસૂરને દળીને છોડા ઉતારીને રાંધવાથી કબજિયાત પૈદા કરે છે. જો છોડા સાથે ઉકાળીને પાણી ફેંકી દેવામાં આવે તો કબજિયાત મટાડે છે. છોડાનો અને દાણા વચ્ચે વિટામાન બી છે. જેથી તેને દળવા અને તેને તળાવના પાણીથી ધોવાથી નાશ પામે છે. ધોવામાં આવેલી દાળથી કબજિયાત થાય છે. જેથી છોડા સાથે બીજીવાર પાણી નાંખીને બીજી વાર પકાવવામાં આવે તો પણ કબજીયાત કરે છે. જો ઉકાળેલું પાણી પીવડાવવામાં આવે તો જુલાબનું કામ કરે છે તેમાં તબીબોનો

મતભેદ છે. અસલમાં આ પોતે જ કબજિયાત કરનાર અને હજમ કરવામાં વાર કરે છે. અને પેટમાં હવા (ગેસ) પૈદા કરે છે. લકવા, કંપનમાં ફાયદાકારક છે. શરદી સળેખમને દૂર કરવાની સાથે શરીરના સોજાને ઉતારે છે. તેને વારંવાર ખાતા રહેવાથી કષ્ટદાયક સ્વપ્ના આવે છે. બુધ્ધિ સબંધી ગભરામણ થાય છે. અને કેન્સર સિવાય ખંજવાળ પૈદા થવાની શકયતા રહે છે. મસા, પેશાબમાં અડચણ લકવા અને પેટમાં પાણી પેદા કરે છે જાતિય સંબધી શક્તિ ઘટાડે છે. દ્રષ્ટિ કમજોર કરે છે. મસૂરની દાલ ખાસ કરીને પેટ, મગજ માટે નુકશાન કરતા છે. જેની સુધારણા માટે એક રીત એ છે કે બકરીનુ ગોશ્ત અને બદામનુ તેલ અને ગાયનું ઘી મેળવીને રાંધવામાં આવે છે. મસૂરને માછલીની સાથે ખાવામાં આવે તો તે ખૂબ જ ખરાબ ખોરાક છે. મસૂરની દાલને સિરકામાં પાતળી દાળ પકાવવાનુ વર્ણન કરેલ છે આનાથી નુકશાન ન થવાની બરાબર છે. બલ્કે આ તાકત આપનાર અને હૈઝ લાવનાર અને રોકાયેલો પેશાબ ચાલુ કરે છે. કફના લીધે આવનાર તાવને રોકે છે. તેને ગરમ પાણીમાં ઘુંટીને લગાવવાથી ચહેરા પરના ડાઘ મટી જાય છે. શેહતૂતના પાંદડા સાથે દાળ ઉકાળીને તેના ઉકાળાથી કોગળા કરવાથી મોં આવેલ હોય તેમાં ફાયદાકારક છે. ઈંડાની સફેદીની સાથે ખરલ કરીને ફુણસીઓ પર લગાડવાથી ફુણસીઓ મટી જાય છે.

તબીબોએ ખાસ કરીને મસૂરને વધારે નુકશાન કરતી ગણી છે. હિન્દુસ્તાન, પાકિસ્તાનમાં મસૂરની દાળ સૈકાથી ખાવામાં આવે છે. બલ્કે હિંદુઓ મસૂર અને બીજી દાળ સિવાય કશું ખાતા ન હતા. જો દાળના આ નુકશાનો દુરસ્ત હોત તો કોઇ પણ હિન્દુ તંદુરસ્ત નજરે ન પડતો. એ દુરુસ્ત છે કે કાયમ વારંવાર દાળ ખાવી તંદુરસ્તી માટે સારો અમલ નથી.

દૂધી

કુર્આન મજીદમાં યકતીન ના નામથી પોકારવામાં આવેલ છે. અરબ તેને દુબ્બા અથવા કિરઅ કહે છે. હદીસમાં દુધી (કદ્દુ)ને કિરસના નામથી વર્ણન કરેલ છે. એક બે હદીસ એવી પણ છે જેમાં દુબ્બા નામનું પણ વર્ણન છે. કુર્આન મજીદનું નામ ખોટું હોઇ શકતુ નથી અને હદીસોમાં શબ્દકોષના આધાર પર ખોટુ ગણવાની કોઇ હિંમત આજ સુધી કોઇ ભાષામાં પ્રાપ્ત થઇ નથી. એ માટે શકયતા એ છે કે ઉપરના ત્રણેય નામ દૂધીના છે. પરંતુ વનસ્પતિના નામોની રીતે તેમાં જુદા જુદા પ્રકારમાં સ્પષ્ટતા કરે છે. મોટા ગોળ કદ્દુને યકતીન સમજવામાં આવે તો લાંબા કદ્દુ દુબ્બા હોઇ શકે છે.

સામાન્ય રીતે દુધી એક પ્રકારની શાકભાજી છે. જેની દુનિયા ભરમાં ખેતી થાય છે. જંગલમાં પણ કદ્દુ જોવા મળે છે. તેને જંગલી કદ્દુ કહેવામાં આવે છે. તેનો સ્વાદ કડવો હોય છે. દુધીની અરાઇયતા, ખીર મુરબ્બો અને હલ્વામાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

સંગીતની દુનિયામાં દુધી ખૂબ પસંદ પામેલી છે. મોટી દુધી, જંગલી કદ્દુ જયારે ડાળી પર ડાળી સાથે સુકાઇ જાય તો તેની બહારની છાલ જલ્દી સખ્ત થઇ જાય છે. તેને અંદરથી સાફ કરી સાધુ પોતાના હાથમાં રાખે છે. તેને કમંડળ કહે છે. તેમાંથી સિતાર, તંબુરો, બીન (મોંથી વગાડવાનું વાજિંત્ર) એક તારા, સારંગી, સરોદ વિગેરે બને છે.

કુર્આને મજીદના ઇરશાદ

ફ-ન-બઝનાહુ બિલ અરાઇ વ-હુવા સકીમ વ અમ્બત્ના અ-લયહિ શ-જ-રતમ મિંય યક્તીન વ અર-સલ્નાહુ ઇલા મિ-અતિ અલ્ફિન અવ યઝીદૂન ફ-આ-મનૂ ફ-મત્તઅ-નાહુમ ઇલાહીન.

(સુરએ સાફ્ફાત આ નં ૧૪૬ થી ૧૪૮)

(અર્થ પછી અમે તેને મેદાન પર નાંખી દીધો અને તે બીમાર હતો. અને અમે તેના પર દૂધીનુ ઝાડ ઉગાડયું અને અમે તેને લાખો માણસો તરફ મોકલ્યો બલ્કે વધારે તો તેઓ ઈમાન લઇ આવ્યા તો અમે તેમને ચોકકસ સમય સુધી વાપરવા દીધું)

હઝરત યુનુસ અલયહિસ્સલામની હાલત એવી હતી કે જાણે નવજાત શિશુની હોય છે. તે હાલવા ચાલવા માટે પણ શક્તિમાન ન હતા. તે માટે તેમને યકીનન (દૂધી)ના ઝાડ નીચે નાખવામાં આવ્યા. જેથી મોટા મોટા પાંદડાઓના છાયામાં આરામથી સૂઇ રહે.

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન મસ્ઉદ રદિયલ્લાહુ અન્હુ અને હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસ રદિયલ્લાહુ અન્હુ યકતીનનો અર્થ કિરઅ લે છે એટલે કદુ (દૂધી) જયારે કે હઝરત સઅદ બિન જુબૈર રદિયલ્લાહુ અન્હુ યકતીનથી મુરાદ તે દરેક ઝાડ લે છે જેનુ થડ ન હોય અને તે વેલા જેવું હોય. કુર્આનમાં યકતીનનું ઝાડ બયાન કરેલ છે જયારે કે કદુ (દૂધી)નું ઝાડ હોતુ નથી. ઈબ્ને કસીર રહમતુલ્લાહ અલયહિ યકતીન વિષે સઅદ બિન જુબૈરથી સહમતી કરે છે. યકતીનનો અર્થ દૂધી પણ થઇ શકે છે. અને એ પણ અર્થ થઇ શકે છે કે દૂધીના વંશનો કોઇ ઝાડના છાયામાં જેવું કે તુરિયું અથવા કાકડી અથવા પીઠા (એક ફળ) વિગેરે. એક કમજોરને યકતીન મોટા મોટા પાંદડાઓના છાયામાં આરામ મળ્યો. સંભવત તેને ખાતા પણ રહયા. કેમકે દૂધી હજમ ન થઇ શકે તેવી હોતી નથી. અને કોઈપણ બીમારને સંકોચ વિના આપી શકાય છે. એ માટે અલ્લાહ તઆલાએ હઝરત યુનુસ અલયહિસ્સલામની કમજોરી ધ્યાનમાં રાખતાં ખોરાક આપ્યો. તેના ખાવાથી કમજોરી દૂર થઇ ગઇ. અને કબીલાના લાખો વ્યક્તિને હિદાયત માટે તશરીફ લઇ ગયા.

[illegible]

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ આ પ્રમાણે બયાન કરે છે. એક દરજીએ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ખાવાની દાવત કરી. હું સાથે ગયો. તેણે જવની રોટી અને સુકું ગોશ્ત અને શાકમાં દૂધી રજૂ કરી. મેં જોયુ કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ થાળીની આજુબાજુથી દૂધીના ટુકડાઓ શોધી શોધીને ખાતા હતા. તે દિવસ પછી મને દૂધીથી પ્રેમ થઇ ગયો. (બુખારી, તિરમીઝી, અબુ દાઉદ)

આ હદીસને બુખારીએ જુદી જુદી ચાર જગ્યાએ કેટલાય દ્વારા બયાન કરી છે. અને દરેક જગ્યાના શબ્દો અને અર્થો લગભગ એક જેવા છે.

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે કે હું નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં હાજર થયો તેમની પાસે એક દૂધી હતી. મેં પૂછયું આ શુ વસ્તુ છે. તેઓએ કહયું દૂધી છે. અમે તેને બહુ ખાઈએ છીએ. (ઇબ્ને માજા)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે કે મારા માતુશ્રી ઉમ્મે સલીમ રદિયલ્લાહુ અન્હા ખજૂરનો એક ટોપલો આપીને મને નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં રવાના કર્યો. તેઓ ઘરમાં હાજર ન હતા. પોતાના એક ગુલામને ત્યાં દાવત પર ગયા હતા. હું ત્યાં ગયો તો ખાવાનુ ખાઈ રહયા હતા. ખાણામાં ગોશ્ત અને દૂધીનો સરીદ (શાકમાં બોળેલી રોટલી) ખિદમતમાં રજૂ કરવામાં આવી હતી. તેમણે મને તેમાં સામેલ કર્યો. હું જાણતો હતો કે આપને દૂધી પસંદ છે. હું તેના ટુકડા એકઠા કરીને આપની સામે કરતો ગયો. તેનાથી પરવારીને અમે ઘરે ગયા. મેં ખજૂરની ટોપલી આપની સામે મુકી. આપ તેમાંથી ખાતા પણ રહયા હતા અને લોકોને વહેંચતા પણ જતા હતા. અને એ રીતે તેને તે જ વખતે પૂરી કરી દીધી. (ઇબ્ને માજા)

આ હદીસને તિરમિઝી એ ખજૂરના વર્ણન વિના પણ રિવાયત છે. હઝરત હકીમ બિન જાબિર રદિયલ્લાહુ અન્હુ જેને ઇબ્ને તારિક પણ કહે છે રિવાયત કરી છે. હું નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની ખિદમતમાં હાજર થયો કે આપ દૂધીના ટુકડા કરી રહયા છે. મેં અરજ કરીકે આનાથી શું બનશે. ઇરશાદ થયો કે તેનાથી શાકમાં વધારો કરવામાં આવશે. (શમાઇન, તિરમિઝી)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું દૂધી મગજમાં વધારો કરે છે. અને અક્કલમાં વધારો કરે છે. (દયલમી)

હઝરત અતા બિન રબાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું તમારા માટે દૂધી મોજૂદ છે. તે અક્કલમાં વધારો કરે છે અને મગજને બળ આપે છે. (ઇબ્ને માજા)

હઝરત વાસિલા રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવે છે તમારા માટે દૂધી મોજૂદ છે. તે મગજને વધારે છે વધુમાં તમારા માટે મસૂર દાલ છે. જેને ઓછામાં ઓછા સીતેર પયગમ્બરોની જીભ પર લાગવાનો લાભ મળતો રહયો છે. (તિબરાની)

હિશામ બિન અરવાહ પોતાના વાલિદથી રિવાયત કરે છે કે તેમણે હઝરત આઇશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી દૂધી વિશે મે પૂછ્યું તો તેમણે ફરમાવ્યું. મને સંબંધિત કરતા રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું અય આઇશા ! (રદિયલ્લાહુ અન્હા) જયારે સૂકું ગોશ્ત પકાવો તો તેમાં દૂધી નાંખીને વધારો કરી લો કેમકે આ ગમગીન દિલને મજબૂત કરે છે. (અગયલાનિયાત)

અબૂ તાલૂત બયાન કરે છે કે હું હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુથી મળવા ગયો તો દૂધી ખાઈ રહયા હતા. અને તેને સંબોધન કરતા ફરમાવી રહયા છે કે તું એક એવા ઝાડથી છે. જેને હું તેના માટે પ્રેમ કરૂં છું કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તેને પસંદ કરતા હતા.

મુહદ્દિસીનના [illegible]

દૂધી હલ્કો ખોરાક છે અને તે બીજા ખોરાકને પણ હજમ કરવામાં મદદ કરે છે. તાવના દર્દી માટે ફાયદાકારક છે.

કહેવામાં આવે છે કે હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન ઉમર રદિયલ્લાહુ અન્હુના દસ્તરખાન પર એક દિવસે દુધીનું શાક હતું. તેમના પુત્ર સલિમે કહયું કે મને દૂધી પસંદ નથી. હઝરત અબ્દુલ્લાહ રદિયલ્લાહુ અન્હુએ ફરમાવ્યું કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ દૂધીથી મહોબત કરતા હતા. પસંદ કે ના પસંદ કરવાનો તમારો હક નથી. તમને જ્યારે એ બતાવવામાં આવે કે કોઈ ચીઝ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ મહોબત કરતા હોય તે પછી રદ કરવા રિસાલતના વિરૂધ્ધ છે. તેમણે પોતાના પુત્ર સાથે એક મુદ્દત સુધી બોલચાલ બંધ કરી દીધી.

સુન્નતે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને રજુ કરવામાં મુહદ્દિસીનને ત્યાં ઘણી મહત્તા પ્રાપ્ત થયેલ છે. અને તેઓ જુદી જુદી બીમારીઓમાં બલ્કે કમજોર ઉપાયમાં તેને ખૂબ જ શ્રધ્ધાની સાથે ખાવામાં આવી રહયું હતું.

હઝરત આઈશા રદિયલ્લાહુ અન્હાથી રિવાયત છે કે જેણે મસૂરની દાળની સાથે દૂધી રાંધીને ખાધી. તેનું દિલ મજબૂત થયું. અને વિર્યશક્તિમાં વધારો થયો. જો તેને મીઠા દાડમ અને સમાકની સાથે મેળવવામાં આવે તો પીત્તને દૂર કરે છે.

સમાકના છોડને પાણીમાં નીચોવીને ગુલાબના અર્કમાં મેળવી કાનમાં નાંખવાથી ત્યાંનો સોજો દૂર થઇ જાય છે. આ નુસ્ખો આંખોની બળતરામાં ફાયદાકારક છે. દૂધીનું પાણી સંધિવા પર ઘસવાથી દર્દમાં રાહત થાય છે.

જો તેને કબજિયાત કરનાર વસ્તુઓ સાથે ખાવામાં આવે તો તે કબજિયાત કરે છે. નહી તો ગોશ્ત અથવા મસૂરની દાળ સાથે કબજિયાત દૂર કરે છે. તૃષાને મટાડે છે. ગરમીમાં માથાના દર્દને દૂર કરે છે. પેટને નરમ કરે છે. તાવ તોડવા માટે દૂધી ખવડાવવા અને તેને કાપીને શરીર પર ફેરવવાથી તેના જેવી કોઇ દવા ઉત્તમ નથી.

દુધીને પકાવીને તેનું પાણી દૂધમાં મેળવીને દેવાથી જામેલ કફ નીકળી જાય છે. દૂધીને લસોટીને માથા પર લગાડવાથી ખોપરીની ચાંમડીની બળતરા જતી રહે છે.

[illegible]

તરસ છીપાવે છે. જઠરની ગરમીને અને પીત્તને દૂર કરે છે. ગાંઠો ખોલે છે. અને પેશાબ કરાવનાર છે. પેટને નરમ કરે છે. તેને નમક અને રાઇ મેળવીને પકાવવાથી નુકશાન કરતી અસરો ખતમ થઇ જાય છે. પીત્ત પ્રકૃતિવાળા જો મીઠા દાડમ અને સમાકની સાથે ખાય તો ફુણસીઓ મટી જાય છે. તેને સુંઘવુ પણ ફાયદાકારક છે. દૂધીનું ભડતુ કરીને તેનુ પાણી નીકાળીને આંખમાં નાંખવાથી કમળાની પીળાશ જતી રહે છે.

દૂધીને ખાંડની સાથે પકાવીને દેવાથી પાગલપણ અને દિલની ધડકનમાં ફાયદો થાય છે. તેના પાણીના કોગળા કરવાથી મસોડાના સોજા જતા રહે છે. દૂધીની છાલ વાટીને ખાવાથી આંતરડા અને મસાથી આવવા વાળુ લોહી બંધ થાય છે કાળજાની બળતરામાં દૂધીનો મુરબ્બો ખૂબ જ ફાયદાકારક છે.

કાચી દૂધી આંતરડાને નુકશાન કરે છે. તેને રાઈ અને નમક, લસણ અને કાળા મરીથી સુધારણા થાય છે. ગરમ પ્રકૃતિ વાળા માટે સિરકા અને અંગુરથી સુધારણા થાય છે.

દૂધીના પત્તા ઝાડા કરાવનાર છે. તેને ઉકાળીને ખાંડ મેળવીને પીવાથી કમળામાં ફાયદો થાય છે. દૂધીના બીજ લોહી વહેવાનુ રોકે છે. શરીરને સ્થુળ બનાવે છે. વૈદો કહે છે કે આ બીજ ઠંડા હોય છે. અને માથાના દર્દને દૂર કરે છે. દૂધીનું તેલ માથા પર ઘસવાથી ઉંઘ આવી જાય છે.

[illegible]

ભારતના નિષ્ણાંતો દૂધીની દવાની અસરોની સ્પષ્ટતામાં કહે છે કે તેને પેટમાંથી કીડાં નીકાળનાર, પેશાબ લાવનારમાં ગણત્રી કરી છે. દૂધીની અંદરના ભાગને બે મોટા ચમચા મધની સાથે દેવાથી પેશાબની બળતરા મટી જાય છે. દૂધીનો ગર (અંદરનો ભાગ) સૂકવીને તેનો ઉકાળો મસા અને ફેફસાથી આવવા વાળા લોહીની ઉત્તમ દવા છે.

દૂધીની છાલ વાટીને ઝૈતૂન અને મેંહદીના પાંદડા સાથે ખરલ કરીને હલ્કી આંચ પર પાંચ મીનીટ પકાવીને તેના પર એવા દર્દીઓ કે જેના મસાનું લોહી બંધ ન થતું હતું તેમના પર પ્રયોગ કરતા, તેની સાથે દૂધીને વાટીને મધ મેળવીને દિવસમાં ત્રણ વખત ખવડાવવામાં આવ્યું ખૂન બે દિવસમાં જ બંધ થઈ ગયું. એક દર્દીના ફેફસા સારા હોવા છતાં થૂંકમાં લોહી પડતુ હતું દૂધી આપવાથી ઠીક થઈ ગયું.

દૂધીની દાંડીનો એ ભાગ જે ફળની સાથે હોય છે તેને કાપીને સુકવી લેવામાં આવે, જો કોઈને ઝેરી કીડો ખાસ કરીને કાનખજૂરો કરડે તો તે મધમાં મેળવીને વારંવાર ચટાડવામાં આવે અને તેને લગાડવામાં આવે તો ઠીક થઈ જશે.

દૂધી પેટની તેજાબીમાં પણ અકસીર જોવા મળી છે. દૂધીનું ઓછા મસાલાવાળુ શાક કેટલાક દિવસ ખવડાવવાથી આંતરડાની બળતરા ઠીક થઇ ગઇ.

દૂધીના પાંદડાનો ઉકાળો કબજિયાતનો સરળ અને મહેફુઝ ઉપાય છે. દૂધીના ફળને સિરકામાં ખરલ કરીને પગ પર લગાડવાથી અને આ જ મેળવણીને ખવડાવવાથી પગની બળતરા ઠીક થઇ જાય છે.

હકીમ મુફતી ફઝલુલ રહમાન તાવમાં, માથાની બળતરામાં દર્દીના શરીર પર દૂધી કાપીને ફેરવતા હતા. તાવ થોડી જ મીનીટમાં દૂર થઇ જતો હતો.

કસ્તુરી (એક સુગંધી પદાર્થ) ઇરશાદે રબ્બાની

કુર્આને મજીદમાં જન્નતમાં મળવાવાળી નેઅમતોનો ઝિક્ર કરતા ફરમાવવામાં આવ્યું છે.

તઅ-રિફુ ફી વુજૂહિહિમ નદ-તરન નઈમ યુસ્કવના મિર રહીકિમ મખ્તૂમ ખિતામુહૂ મિસ્ક વફી ઝાલિકા ફલ-ય-ત-ના-ફસિલ મુ-ત-નાફિસૂન વ-મિઝાજુહૂ મિન તસ્તનીમિન અય્નંય યશ-રબુ બિહલ મુકર્રબૂન. (સૂરએ મુતફફિફીન આ નં ૨૪ થી ૨૮)

(અર્થ નિતરેલી શરાબ પીવડાવવામાં આવશે જે સીલબંધ મુકેલી છે. તેની મહોર (સીલ) કસ્તુરીનું છે. અને લાલચ કરનારાઓએ તેની જ લાલચ કરવી જોઇએ અને તેનુ મિશ્રણ તસ્નીમાંથી છે તે (એક) ઝરો છે જેમાંથી (અલ્લાહના) દરબારમાં નિકટતા ધરાવનારાઓ પીએ છે.)

ઇરશાદે નબવી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ખુશ્બુ હંમેશા પસંદ રહી છે. તે ધ્યાનમાં લેતા કસ્તુરી ખાસ પસંદ હતી.

હઝરત અબી સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુ રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું સૌથી ઉત્તમ ખુશ્બુ કસ્તુરીની છે. (મુસ્લિમ, મસ્નદે અહમદ)

હઝરત આઈશા સિદ્દીકા રદિયલ્લાહુ અન્હા રિવાયત કરે છે કે રસૂલ નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને અહેરામના પહેલા કુરબાનીવાળા દિવસે અને તવાફ કા'બાના પહેલા ખુશ્બુ લગાવતી હતી તેમાં કસ્તૂરી સામેલ હોતી. (બુખારી, મુસ્લિમ)

હઝરત અબૂ સઈદ ખુદરી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ એક બનાવ સંક્ષિપ્તમાં બયાન કર્યો છે. રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે બની ઈસરાઈલની એક સ્ત્રીનો ઉલ્લેખ કર્યો ફરમાવ્યું. જેણે પોતાની અંગુઠાની અંદર કસ્તૂરી ભરી હતી. કેમકે કસ્તૂરી ખુશ્બુને ધ્યાનમાં લેતા સૌથી ઉત્તમ છે. (બુખારી, મુસ્લિમ)

બીજી રિવાયતમાં આ ખાતૂનની ખુશબુ ફેલાવવાવાળા અજોડ પાત્રનું વર્ણન ફરમાવ્યું. જ્યારે તે કોઈ મજલિસ (સભા)માં અંગુઠાને હલાવતી તો આજુબાજુ ખુશ્બુ ફેલાઈ જતી. (મસ્નદે અહમદ)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે અમે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમથી કૌસર વિશે સવાલ કર્યો. તેઓએ ફરમાવ્યું કે તે એક નહેર છે. જે અલ્લાહ તઆલા જન્નતમાં અર્પણ કરશે. આ નહેરની માટીમાં કસ્તૂરી છે. તેનું પાણી દૂધથી પણ વધુ સફેદ છે. અને મીઠાશ મધથી પણ વધુ છે. તેના પર એવા પક્ષીઓ ઉડતા હશે જેની ગરદનો ઊંટની ગરદન જેવી હશે. હઝરત અબુ બક્ર સિદ્દીકે તેના પર ફરમાવ્યું આ તો અલ્લાહ તઆલાની મોટી નેઅમત થઈ. તેઓએ ફરમાવ્યું તે જેઓ ખાશે તેનાથી પણ વધારે ખુશનસીબ હશે. (બુખારી, મસ્નદે અહમદ, નિસાઈ)

હઝરત અનસ બિન માલિક રદિયલ્લાહુ અન્હુ બયાન કરે છે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે ફરમાવ્યું કે જંન્નતવાળાઓ માટે દરેક જુમ્આએ બજાર લાગશે જેના બન્ને માથા પર કસ્તૂરીના ટીલા હશે જયારે હવા ચાલશે તો તેઓ કસ્તૂરીને દરેક બાજુ ફેલાવી દેશે. હિમાદની પૂછપરછ પર તેઓએ ફરમાવ્યું તેમનો પોશાક, ચેહરો અને ઘર કસ્તૂરીની ખુશ્બુથી તરબતર હશે. (મસ્નદે અહમદ)

હઝરત અબ્દુર્રહમાન બિન નુઅમાન અન્-બદ બિન હુદલ અન્સારી પોતાના મોહતરમ વાલિદથી રિવાયત કરે છે કે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યો કે રાત્રે સૂતી વખતે અસમદનો ખુશ્બુદાર સુરમો લગાડવામાં આવે. (અબૂ દાઉદ)

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન અબ્બાસથી ઇબ્ને માજામાં રિવાયત કરી છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમની પાસે સુરમા દાની હતી જેનાથી દરેક રાતે પોતાની આંખોમાં સુરમો લગાવ્યા કરતા હતા. બીજી રિવાયતથી જાણવા મળે છે કે તે કાળા સુરમામાં કસ્તુરી મેળવવામાં આવી હતી. તેનુ નામ 'અસમદુલ્મરૂહ' આપ્યું છે.

મુહમ્મદ અહમદ ઝહબી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ નીચેની બે હદીસો રાવી સિવાય બયાન કરી છે. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે હુકમ આપ્યો કે જુમ્આવાળા દિવસે ગુસલ કરવામાં આવે અને ખુશ્બુ લગાડવામાં આવે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે પોતાની પત્નીઓને પાક થયા પછી તેમના માટે ખુશ્બુ માંગી અને ફરમાવતા હતા.

આ ખાતૂનો જયારે આ દિવસોથી પરીવારી જતી અને ગુસલ કરીને પાક સાફ થઇ જતી હતી ત્યારે તેમને કસ્તુરી લગાડવાની શિખામણ આપવામાં આવતી હતી.

મુહદ્દિસીનના અનુભવો

કસ્તુરી શ્વાસનળીને ખોલવાની સાથે તેને તાકતવર બનાવે છે. બલ્કે શરીરની અંદરના તમામ અવયવોને એકસરખી તાકત આપે છે. તેનું સુંઘવું, લગાડવું, ખાવું એક સરખી રીતે ફાયદાકારક છે. મોટી ઉંમરના લોકો માટે ખાસ રીતે ફાયદાકારક છે. જેનાથી દરેક વખતે તેઓ ઠંડક અનુભવે છે, તે પેટના વાયુ અને બીજા કારણોથી થવાવાળી બેહોશી દૂર કરે છે. શરદીની મૌસમમાં જ્યારે દાંત કકડતા હોય ત્યારે આનો ખોરાક જ શરીરને ગરમી આપે છે. યાદદાશ્તની કમજોરી, ગભરાહટ અને ઘડપણમાં ફાયદાકારક છે. શરીરની ગરમીમાં વધારો કરે છે. તેનું ખાવું અને લગાવવું આંખની સફેદીને દૂર કરી રોશન કરે છે.

ઇબ્ને મુકીમને ત્યાં લખ્યું છે કે આંખમાં સફેદીથી મુરાદ મોતીયો પણ થઇ શકે છે અને ફુલુ પણ. જોકે તેમણે અહીં સફેદીની સ્પષ્ટતા કરી નથી. બીજી હદીસોથી જાણવા મળે છે કે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે અંગત રીતે સુરમામાં કસ્તુરી પણ સામેલ કરતા હતા. આનાથી સાબિત થાય છે કે કસ્તુરી બન્ને પ્રકારની સફેદીને રોકે છે. જો થઇ શકે તો તેનો ઇલાજ છે.

આંખમાંથી નીકળવાવાળુ ખરાબ પ્રવાહી સૂકવી નાંખે છે. શરીરના જુદા જુદા અવયવોમાં જમા થનાર પ્રવાહી અને હવાને દૂર કરીને સોજાઓને દૂર કરે છે. તે ઝહેરને મિટાવી દે છે. જોકે સાંપના ઝહેરની અસર ખતમ કરી દે છે. શરીર અને મગજને રાહત આપતી કોઈપણ દવા કસ્તુરી વગર સંપૂર્ણ નથી. નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમે સ્ત્રીઓને દિવસો (અય્યામ)ના પછી ખૂનની દુર્ગંધ દૂર કરવા માટે કસ્તુરીની ભલામણ કરી.

પ્રાચીન હકીમોના અનુભવો

મગજની બીમારીમાં લકવો, શરીરનું જકડાઇ જવું, શરીર ધ્રુજવું (કંપન), ભૂલી જવુ, દિલનું ધડકવું આ બધામાં ફાયદાકારક છે. નિરંતર ઉપયોગથી વાઈમાં ફાયદો કરે છે. ઘાટા ખિલ્ત (વાત, પિત, કફ)ને પાતળા કરીને નીકાળે છે. હવાને બહાર કાઢે છે. તેને સુંઘવાથી સળેખમમાં ફાયદો થાય છે. શરદી માથાના દુખાવોમાં ફાયદાકારક છે. આંખમાં લગાડવાથી ધુંધ (ઓછુ દેખાવું), જાળુ અને દમને દૂર કરે છે. જો આંખોના ઈલાજમાં વાપરનારી દવાઓમાં કસ્તુરી ભેળવવામાં આવે તો તે દવાનુ આકર્ષણ અને અસરો ઉમદા થઇ જાય છે.

કસ્તુરી ખાવા અથવા સુંઘવાથી ઠંડી પ્રકૃતિવાળાના મગજની સારી સુધારણા થાય છે. જેને થાક લાગતો હોય તેના માટે સારી દવા છે.

કફનું વધવું, અવયવના સોજા, કમળો અને ખંજવાળમાં ખૂબ જ ભરોસા સાથે ઉપયોગ થાય છે. કમજોરીને દૂર કરવા માટે કસ્તુરીની દવા પાનમાં રાખીને આપવામાં આવે છે. વૈદકમાં અદરકના રસમાં કસ્તુરી મેળવી દમના દર્દીઓને આપવામાં આવે છે. તેને માલ કાંગણીના તેલની સાથે આપવાથી વાઇના દર્દમાં ફાયદો થાય છે.

કેટલાક હકીમોએ તેના ખોરાકની માત્રા ૬ માસા સુધી બયાન કરી છે.

બનાવટી કસ્તુરી વિશે

કસ્તુરી બનાવટી મળતી હોય તેની પરીક્ષા નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે થઇ શકે છે. તેમાં હકીમ નજમુલ ગનીખાનના અનુભવો સામેલ છે.

(૧) કસ્તુરીના કેટલાક દાણા પાણીમાં નાંખવામાં આવે. જો આ દાણા ઓગળી ન જાય તો કસ્તુરી ઠીક છે. નહી તો તેમાં બનાવટ છે.

(૨) લાકડીના કોયલા ખૂબ ધગધગાવીને કસ્તુરીના બે એક દાણા કોઇ કોયલા પર નાખી દે. જો પીગળીને પરપોટા થાય તો કસ્તુરી અસલી છે. જો જલીને સખ્ત થઇ જાય તો મિલાવટ છે.

(૩) સૂતરનો દોરો લઇને તેને હીંગમાં પસાર કરે. પછી તે દોરાને તરત જ કસ્તુરીમાંથી પસાર કરે. કસ્તુરી પર પસાર કર્યા પછી તેમાં હીંગની દુર્ગંધ બાકી રહે તો કસ્તુરી મિલાવટવાળી છે.

(૪) જો દાણા વધુ કાળા અને ભારી હોય સ્વાદમાં તેનો સ્વાદ ખસબ અને સુગંધ ઓછી હોય તો તે નકલી છે.

(૫) અસલી નાફા (કસ્તુરીવાળી હરણીની થેલી)ના અંદર ખાના બનેલા હોય છે. જેવા કે દાડમમાં હોય છે નકલીમાં દાણા નથી હોતા.

(૬) દોરાને લસણની ગાંઠમાંથી પસાર કરીને પછી કસ્તુરીમાંથી પસાર કરે. કસ્તુરી જો અસલ હશે તો લસણની દુર્ગંધ ગુમ થઇ જશે.

(૭) કસ્તુરીને કોઇપણ વાસણમાં નાંખીને ગરમ કરે, જો તેમાંથી બળેલા ચામડા અથવા કોઇ બીજી જાતની દુર્ગંધ નીકળે તો તે નકલી છે. અસલી કસ્તુરીમાં કેવળ કસ્તુરીની જ સુગંધ આવે છે.

(૮) અરસ્તુથી સબંધિત છે કે કસ્તુરીનું વજન કરીને ભીનાશવાળા વાસણમાં થોડીવાર સુધી રાખે પછી લઇ લે. અસલી કસ્તુરી ભીનાશને આકર્ષીને વજનમાં વધારો કરી લે છે.

(૯) હિન્દુસ્તાની કસ્તુરીને ગુલાબના અર્કમાં વાટીને નાંખી દે. જો અર્કનો રંગ મેલો થઇ જાય તો તે કસ્તુરી અસલી નથી.

(૧૦) ઇરાકી કસ્તુરીમાં લાલાશની સાથે પીળાશ અને કાળાશની ઝલક હોય છે. તેને મોંમાં રાખવામાં આવે તો કોઇ સ્વાદ હોતો નથી અને ખુશ્બુ હોય છે.

કાકડી

ઈરશાદે રબ્બાની

વ-ઇઝ-કુલ્તુમ યા મૂસા લન નસ્બિરા અલા તઆમિંવ વાહિદિન ફદઉ લના રબ્બકા યુખરિજ લના મિમ્મા તુમ્બિતુલ અરદુ મિમ બકલિહા વ કિસ્સાઇહા વ ફૂમિહા વ અ-દસિહા વ બ-સ-લિહા કાલા અતસ્તબદિલૂનલ લઝી હુવા અદના બિલ્લઝી હુવા ખૈર. (સૂરએ બકરહ આ નં ૬૧)

(અર્થ અને જયારે તમે કહયું અય મૂસા અમારાથી તો એક જમણ પર કદાપી સબ્ર નહી થાય તો તમે તમારા રબ પાસે દુઆ કરોકે જમીનની ઉગાડેલી વસ્તુઓ અમારા માટે કાઢે. અમુક ભાજી અને ચીભડાં અને ઘઉં અને મસૂર અને ડુંગળી ફરમાવ્યું શું હલ્કી વસ્તુઓ શ્રેષ્ઠના બદલામાં માંગો છો.)

[illegible]

હઝરત અબ્દુલ્લાહ બિન જઅફર રદિયલ્લાહુ અન્હુ ફરમાવે છે મેં રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને જોયા તેઓ ખજૂરની સાથે કાકડી ખાઇ રહયા હતા.

ખાસ કરીને મુહદ્દિસીન તેમની સ્પષ્ટતા એ કરી છે કે ખજૂર જો કે ગરમ છે એટલે તેની સાથે ઠંડી અસર રાખવાવાળી કાકડી ખાવાથી આ મેળવણીથી અસરમાં ફેરફાર થઇ જાય છે. જયારે બીજા પ્રકારમાં એમ પણ છે કે જો કાકડી તાજી હોય છે. એટલા માટે તેમાં વિટામીન જ મોજૂદ છે આ બન્નેનો મેળાપ એક સંપૂર્ણ ખોરાક છે.

નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમને ખજૂરની સાથે કાકડી ખાતા જોયાનો અનુભવ અસ્હાબી રદિયલ્લાહુ અન્હુએ બયાન કરેલ છે. હવે આ મેળવણીનો ફાયદો હઝરત આઇશા સીદીકા રદિયલ્લાહુ અન્હાના મુબારક જીભે જાણો.

મારી વાલિદાહ એ ઇચ્છતી હતી કે હું જયારે રસૂલ સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમના ત્યાં જાઉં તો મોટી જાડી થઇને જાઉં. (કેમકે અરબમાં જાડી ઔરતોને પસંદ કરતા હતા.) આ માટે કેટલીક દવાઓ આપવામાં આવી પરંતુ કોઇ ફાયદો થયો નહી. પછી મેં કાકડી અને ખજૂર ખાધી અને ખૂબ જાડી થઇ ગઇ.

[illegible]

સૌથી ઉત્તમ કાકડી પાકેલી હોય છે. આ આંખને ઠંડક પહોંચાડે છે તબીઅતમાં અને ખાસ કરીને જો જઠર અને આંતરડામા કોઈપણ કારણથી ગરમીનો અનુભવ થતો હોય તો કાકડી ખાવાથી સાંત્વન થાય છે. પેશાબ લાવનાર છે. નિરંતર ઉપયોગ કરવાથી કમજોરીને દૂર કરે છે.

કાકડી ખાવાથી જઠર અને આંતરડાની બળતરા મટાડી દે છે. આ ધ્યાનમાં રાખતા તેને ગરમી મટાડવા વાળી ગણવામાં આવે છે. પેશાબની થેલીની બળતરા અને જલન, પેશાબની જલનને દૂર કરે છે. જો તેની છાલ વાટીને કુતરો કરડવાના દર્દીને ચટાડવામાં આવે તો ફાયદો થાય છે. તેની સુગંધ બેહોશીમાં ફાયદાકારક છે. અધિક તબીબોનો વિચાર છે કે તેમાં ઠંડકનો વધારો કેટલાક શરીરોને નુકશાનકારક હોય છે. આવી વખતે ગરમ વસ્તુ પણ આપવી યોગ્ય છે. જેમકે નબી સલ્લલ્લાહુ અલયહિ વસલ્લમ તેની સાથે ખજૂર ખાતા હતા. જો ખજૂર ન મળે તો સુધારણા માટે દ્રાક્ષનો ઉપયોગ કરવામાં આવે. કેટલાક મુહદ્દિસીન કાકડીની સાથે મધ ખાવાનું વધુ પસંદ કરે છે.

[illegible]

પ્રાચીન હકીમોનું અનુમાન હતું કે કાકડીના બીજને વાવતા પહેલા જો દૂધ અને મધમાં પલાળવામાં આવે તો ફળ મીઠું થશે.

કાકડી જલ્દી પચી જાય છે. આંતરડાની બળતરામાં સાંત્વન આપે છે. તરસ છીપાવે છે. યકૃતની ગાંઠો નિકાળે છે અને પેશાબ વધુ લાવે છે. માથાના દર્દમાં ફાયદાકારક છે. ગીલાની વિગેરેનો મત છે કે તેને છીલ્યા વગર નમક લગાડી ખાવું ઘણું સારૂં છે. કેમકે આ રીતે તે જલ્દી પચી જાય છે જો કે છોલ્યા પછી પાચનમાં વાર લાગે છે. ખાણું ખાવાના વખતે દૂધની સાથે ખાવી યોગ્ય નથી.

કાકડીનું ૧૭ તોલા પાણી નીકાળીને તેમાં ત્રણ તોલા સાકર મેળવીને પીવાથી જઠર અને આંતરડાની પીત્તવાળી જડ નીકળી જાય છે. કમળામાં ફાયદો થાય છે. હૈઝ અને પેશાબ લાવે છે. કાકડીને ગરમ રાખમાં રાખીને તેનું પાણીને કાઢીને તાવના દર્દીને પીવડાવવુ ફાયદાકારક છે. તે કબજિયાતને દૂર કરે છે. જો કબજિયાત વધુ હોય તો ફાયદો થશે નહિ.

યુનાની હકીમોએ બાલમ નામની કાકડીને ઉપાય અને ખોરાક માટે ઉત્તમ ગણી છે બાલમ કાકડીનો હલવો આ રીતે તૈયાર કરે છે. અંદરનો ગર પકાવીને ગાળી લે પછી તેને ઘીમાં તળી લે (ભૂની લે) કુલ વજનનો ચોથા ભાગની ખાંડ મેળવે અને મેદો મેળવીને ચાસણી બનાવે તેમાં જાફરાન પણ મેળવવામાં આવે છે આ હલવો તાવ પછી કમજોરીમાં ફાયદાકારક છે.

કાકડીના બીજ પેશાબ લાવનાર હોવાની સાથે નાલી (પેશાબ નીકાળવા માટેનો રસ્તો)ની બળતરાને પણ દૂર કરે છે. યકૃત અને બરોળની ગ્રંથીને ખોલે છે. બળતરા પૈદા કરનારા કારણો પૈદા થવાવાળી ખાંસીમાં ફાયદાકારક છે. ફેફસાના ઘા ભરી દે છે. અને તેના સોજાને દૂર કરે છે.

કાકડીના રસમાં ઝૈતૂન અથવા તલનું તેલ મેળવીને એટલું પકાવે કે કેવળ તેલ જ રહી જાય આ તેલ ગુર્દાની પથરીને નીકાળવા માટે પીવડાવવામાં આવે છે. અવયવોની અશક્તિમાં તેની માલિસ ફાયદાકારક ગણવામાં આવે છે.

પ્રાચીન હકીમોએ કેટલાક ઉસ્તાદોએ ખીરા (કાકડી) અને કાકડીને એક બીજાથી જુદી ગણયા પછી તેના ફાયદાઓની ચર્ચા દરમ્યાન સ્વીકાર્યું છે કે ફાયદાઓ એક સરખા છે. કેટલાકની ધારણા એવી છે કે કાકડી ખીરાથી વધુ ફાયદો કરે છે. કેટલાકનું માનવું છે કે કાકડીની નુકશાન કરનારી અસરો ઓછી છે. પરંતુ ખીરામાં ફાયદો છે.

આધુનિક હકીમોના અનુભવો

ટૂંકમાં પૌષ્ટિક તત્વો છે અને શરીરના ભડકાવાળા ભાગને સાંત્વન આપે છે. તેના બીજ પેશાબ લાવનાર અને રાહત આપનાર છે.

આ એકલી શાકભાજી છે જેને ખાવાની સાથે કાચી પણ ખાઇ શકાય છે. કાકડીને છીલીને તેના પર મીઠું (નમક) અને કાળા મરી નાંખયા પછી જો તેના પર લીંબુ નીચોવવામાં આવે તો સ્વાદની સાથે સાથે પૌષ્ટિક તત્વોમાં પણ વધારો થાય છે. તે ખાવાને જલ્દી પચાવી દે છે. અને ભૂખ વધારે છે. કાકડીની છાલ હજમ થતી નથી. તેના પર ખેતરોમાંથી ખાતર વિગેરે ગંદકી લાગેલી હોય છે ખાતી વખતે છાલ ઉતારી દેવી સહીહ છે.

કાકડીના બીજ નીકાળી જે છાલ ઉતારી પછી વાટીને મધમાં મેળવીને ખાવાથી આંતરડાઓની અધિક બીમારીઓમાં સાંત્વન આપવામાં અને

પૌષ્ટિક ખોરાક પૂરો પાડે છે. કાકડીના પાન સુકવીને વાટીને તેમાં કાળી મરી મેળવી શેકી લીધા પછી વાટીને ચોથા ભાગને ચમચાના બરાબર નાસ્તા પછી દેવાથી ગળાનો સોજો ઉતરી જાય છે. અને પેશાબ કરાવે છે. લૂ લાગેલા (સન સ્ટ્રોક) દર્દીઓને તાવ દરમ્યાન કાકડીના કટકા કરીને માથા અને ચહેરા પર ઘસવા.

કાકડી, ખરબૂચા અને કદુના બીજમાંથી દરેકને એક ઔંસ જેટલા ભરી લઈને તેના સાથે કાસનીના બીજ બે ઔંસ, ખાંડ દસ ઔંસ અને પાણી એક રતલ મેળવીને ખૂબ જ પકાવે પછી છાણી લઈને તેનો કિવામ (ચાસણી) બનાવે અને સિરકો મેળવીને શરબતમાં એક ઘુંટ પાણી મેળવીને દિવસમાં ત્રણ ચાર વખત આપે પેશાબની બળતરા, કમજોરી અને તાવના દર્દ માટે ફાયદાકારક છે.

અલ્લાહના મુબારક નામો દ્વારા બીમારીના ઇલાજો

બીમારી અને મુફલિસી (ગરીબાઈ) દૂર કરવા

(૧) **યા લતીફુ :** જે માણસ મુફલિસ અને બેકાર હોય અથવા બીમાર હોય તે આ મુબારક નામને બે રકાત તહીયતુલ વુઝૂ પઢે. ત્રણસો વાર ૨૧ દિવસ સુધી પઢે. એ મુદ્દત પછી મુરાદ પૂરી થશે.

(૨) બીમારી દૂર કરવા ૧૦ વખત શરબત અથવા દવા પર દમ કરી પાવુ. **"યા માજિદુ."**

આ નામને દસ વાર શરબત અથવા દવા પર પઢી માંદાને પીવડાવવું. સાત દિવસમાં માંદો ખુદાના ફઝલથી તંદુરસ્ત થઇ જશે.

(૩) બીમારી દૂર કરવા ૧૦૦ વખત પાણી પર દમ કરી પીવાનું **"યા ઝલ જલાલિ વલ ઇકરામ"** જે માણસ આ નામને સો વાર પાણી પર દમ કરી માંદા માણસને પીવડાવશે બે ત્રણ દિવસમાં તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત થશે.

(૪) બીમારી દૂર કરવા નેવું (૯૦) વખત દરરોજ પઢવાનુ **"યા કબીરુ."** જો બીમાર એ નામને દરરોજ ૯૦ વાર પંઢશે તો ઘણી જલ્દી તંદુરસ્ત થઇ જશે.

(૫) બીમારી દૂર કરવા **"યા રહમાનુ"**

સવારની સુન્નત અને ફર્ઝ નમાઝ દરમ્યાન માણસ વારંવાર યા અલ્લાહુ **યા રહમાનુ** કોઇ બીમારના મથાળે ઉભો રહી પઢશે તો તે કેવોય માંદો હશે પણ તંદુરસ્ત થઇ જશે ને જો મૌત તકદીરમાં હશે તો ખાતમો ખૈર થશે મુશ્કેલી આસાન થશે. આ અમલ મુજર્રબ (અનુભવ સિધ્ધ) છે.

(૬) **"યા સલામુ"** જો કોઇ માણસ ત્રણ હજાર વાર **બિસ્મિલ્લા હિર્રહમા નિર્રહીમ યા સલામુ** ત્રણ દિવસ સુધી કોઇ બીમાર માટે ખતમ પઢશે. જલ્દીથી તંદુરસ્ત થશે. અથવા જલ્દીથી ઘણી જ આસાની સાથે બીમારીનો ખાતમો ખૈર સાથે થશે.

(૭) **"યા હાફિઝુ"** જો માંદા પર સાત દિવસ સુધી એક હઝાર વાર એ નામ પઢી દમ કરવામાં આવે, ઇન્શાઅલ્લાહ માંદો ઘણી જલ્દી તંદુરસ્ત થઇ જશે.

(૮) **"યા હય્યુ"** જે બીમાર માણસ એ નામને વધુ પઢશે તે જલ્દી શિફા મેળવશે. જો કોઇ બીજો માણસ માંદા ઉપર પઢે ત્યારે માંદાની આંખોની સામે આંખો કરી પઢે.

(૯) **યા હય્યુ** દરેક બીમારી માટે નીચેનું તાવીજ અનુભવ સિધ્ધ છે. આ ઇબાદતને ચીનીની રકાબી પર જાફરાનથી લખી બીમારને ૪૦ દિવસ પીવડાવવાથી જરૂર તંદુરસ્ત થશે. ઇન્શા અલ્લાહ **યા હય્યુ હીના લા હય્ય ફી દયમૂમતિ મુલકિહી વ બકાઇહી યા હય્યુ યા હય્યુ યા હય્યુ.**

(૧૦) બીમારીના કારણે શરીરના અવયવ નકામાં થતા અટકાવવા સવાર સાંજ ૭ વખત **"યા મુહયી"**

જેને કોઇ બીમારીને કારણે કોઇ શારીરિક અવયવ નકામો થઇ જવાનો અંદેશો હોય તો તે સાત વાર દરરોજ સવારે અને સાંજે આ મુબારક નામને પઢીને દમ કરે. ઇન્શા અલ્લાહ અવયવો સલામત રહેશે.

(૧૧) બીમારીની કમજોરી દૂર કરવા તેલ માલીશ માટે **"યા જબ્બારુ"** જે બચ્ચું કે કોઇ બીમાર માણસ ઘણોજ પાતળો દુબળો થઇ ગયો હોય તો થોડુંક સરસીયાનું તેલ લઇ ૧૧૦૦ વાર **'યા જબ્બારુ'** પઢી તે તેલ પર દમ કરે અને સાત દિવસ સુધી દરરોજ બીમારના શરીર પર માલીશ કરવામાં આવે. ઇન્શાઅલ્લાહ શક્તિ અને બળ જલ્દીથી પાછા આવી જશે ને કમજોરી અને દુર્બળતા મટી જશે.

(૧૨) બીમારીની નિર્બળતા દૂર કરવા ૧૦૦ વખત દરરોજ **"યા કાદિરુ"** જે માણસ માંદગીના કારણે નિર્બળ થઇ ગયો હોય તે આ મુબારક નામને ૧૦૦ વાર દરરોજ પઢે ઇન્શાઅલ્લાહ તેમાં તંદુરસ્તી અને શક્તિ પૈદા થશે અને માંદગી દિન પ્રતિદીન ઓછી થતી જશે.

(૧૩) બે શુધ્ધિ દૂર કરવા ૧૦૧ વખત પઢવાનું

"યા શાહિદુ" જો કોઇ બીમારીના કારણે બેશુધ્ધ થઇ ગયો હોય તો બીમારના મથાળે ૧૦૧ વાર આ મુબારક નામને પઢવું. એવો વિચાર કરીને કે એ માંદાનો ઈલાજ કરવા અલ્લાહ તઆલા પોતે અહીં મોજૂદ છે. તુર્તજ માંદો શુધ્ધિમાં આવશે.

(૧૪) **"યા સલામુ"** જો કોઇ બીમાર બે શુધ્ધ થઈ ગયો હોય તો તેના મથાળે બેસી ૩૦૦ વાર **"યા રહમાનુ યા સલામુ"** પઢવામાં આવે તો પઢતાં જ ઈન્શાઅલ્લાહ ઘણી જલ્દી બે શુધ્ધ માણસ શુધ્ધિમાં આવી જશે.

(૧૫) સોજો અને દુખાવો દૂર કરવા **"યા અલીયુ"** જે કોઇ જગ્યાએ દુખાવો થતો હોય ને સોજો પણ આવી ગયો તો આ નામને ત્રણસો વાર પઢી સોજાની જગ્યાએ ફુંકે ઈન્શાઅલ્લાહ સોજો તુર્ત મટી જશે.

(૧૬) પેટનો દુખાવો દૂર કરવા. **"યા અઝીમુ"**

કોઈના પેટમાં દર્દ થતુ હોય તો સાત વાર યા અઝીમો કાગળ પર લખી પાણીમાં ઘોળી પીવડાવવામા આવે તો અલ્લાહ તઆલાના ફઝલથી તુર્ત આરામ થશે.

(૧૭) પાંસળીનો દુખાવો દૂર કરવા **"યા મજીદુ"**

જે માણસની પાંસળીમાં દર્દ હોય એક હજાર વાર આ નામને પઢી રૂ પર દમ કરી દર્દની જગ્યાએ બાંધે અલ્લાહ તઆલાના ફઝલથી તુરત દર્દ મટી જશે.

(૧૮) માથાનો દુખાવો દૂર કરવા **"યા જબ્બારુ"**

જેનુ માથું દુખતુ હોય તેના માથા પર સાત વાર **યા જબ્બારુ** આંગડી વડે લખવામાં આવે. ફરી ત્રણ વાર માથું પકડી **યા જબ્બારુ યા સલામુ** સાત સાત વાર પઢીને દમ કરે ઈન્શાઅલ્લાહ કેવુંય દર્દ હશે મટી જશે. જો અર્ધા માથાનું દર્દ (આધાશીશી) હોય તો સૂર્ય ઉગતા પહેલા એ અમલ કરે. ઘણીજ જલ્દીથી શિફા પ્રાપ્ત થશે.

(૧૯) **"યા મુજીબુ"** જો કોઈના માથામાં દુખાવો હોય તો જમણાં હાથથી માથું પકડીને ત્રણ વાર આ નામ પઢી દમ કરે. ફરી બીજી વખતે પાંચ વાર, ત્રીજી વખત સાત વાર ચોથી વખત નવ વાર અને પાંચમી વખત અગ્યાર વાર દમ કરશે તો માથાનું દર્દ તદ્દન મટી જશે.

(૨૦) છાતી અને માથાનો દુખાવો દૂર કરવા **"યા મુહયી"**

જો કોઈ માણસના માથામાં કે છાતીમાં દર્દ હોય તો ૧૨૦ વાર આ મુબારક નામને સવાર સાંજ પઢીને દમ કરે ઈન્શાઅલ્લાહ ઘણી જ જલ્દી દર્દ દૂર થઈ જશે.

(૨૧) કાનનું દર્દ દૂર કરવા અને આખી ઉમર બેહોશીથી બચવા **"યા સમીઉ"** જે માણસના કાનમાં દર્દ થતુ હોય અથવા કોઈ ફોલ્લી થઈ જાય જેથી સખ્ત દુખાવો થતો હોય તો એક હજાર બાર **'યા સમીઉ'** પઢી અને રૂ ઉપર દમ કરી કાનમાં રાખી લે સાત દિવસ સુધી આ અમલ કરે ઈન્શાઅલ્લાહ તઆલા કાનની ઈજા જતી રહેશે. આ અમલનો ખાસ વખત નથી જે વખત બને ત્યારે પઢી લે.

(૨૨) આખી ઉમરના અંધાપાથી બચવા **"યા સલામુ"**

સવારની નમાઝ પછી દરરોજ યા સલામુ એક હજાર વાર પઢશે મરતા સુધી આંધળો કે લાચાર બનશે નહી.

(૨૩) દુખતી આંખો માટે **"યા રહમાનુ"**

જે ખરે બપોરે જેને ઝવાલનો વખત કહેવામાં આવે છે. વુઝૂ સાથે ૪૦ વાર **યા રહમાનુ** પઢે અને પાણી પર દમ કરી જેની આંખો દુખવા આવી હોય તેની આંખોમાં સળીથી પાણીમાં ભીંજવી લગાડશે તો તેની આંખો ઈન્શાઅલ્લાહ સારી થઈ જશે. અને એક વર્ષ સુધી કદી આંખો દુખવા આવશે નહી. સાત વાર સળી ભીંજાવવી રોજ ત્રણ દિવસ સુધી લગાડવી જોઈએ.

(૨૪) આંખમાંથી પાણી ઉતરતુ બંધ કરવા **"યા બસીરુ"**

જે માણસની આંખોમાં પાણી ઉતરવુ શરૂ થયું હોય તેને ભવિષ્યમાં મામલો ભયંકર થશે એમ જણાય તો તે માણસે ૧૧૦૦ વાર **યા બસીરુ** ને દરરોજ પઢે પહેલા અને છેલ્લા ત્રણ વાર આ દુરૂદ શરીફ પઢે. **અલ્લાહુમ્મા સલ્લિ અલા સય્યિદિના સાજિદીના સયયિદિર રાફિઈના સયયિદિલ કામિલીના વ અલા આલિહી વ અસ્હાબિહી અજમઈન.** અલ્લાહ તઆલાના ફઝલથી થોડા જ દિવસોમાં આંખોમાંથી પાણી ઉતરવું બંધ થઈ જશે. ને તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત થશે. આવા માણસને જોઈએ કે તે એ આ અમલ હંમેશા કરતો રહે.

(૨૫) આંખની લાલી દૂર કરવા **"યા અલીયુ"** જો કોઈની આંખો દુખવા આવી હોય ને કેમ કરી આંખની રતાશ જતી ન હોય તો સાત વાર **"યા અલીયુ"** પઢી પાણી ઉપર દમ કરી એ પાણીને સળીથી આંખોમાં લગાડે ત્રણ દિવસમાં ઈન્શાઅલ્લાહ આંખની રતાશ જતી રહેશે.

(૨૬) આંખની રોશની માટે **"યા શકૂરુ"** જેમાણસની આંખોથી બરાબર દેખાતુ ન હોય તો ૪૧ વાર આ નામને પઢીને પાણી પર દમ કરી તે આંખમાં લગાડશે અને બાકી પીશે તો સાત જ દિવસમાં ઈન્શાઅલ્લાહ તઆલા તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરશે.

(૨૭) **"યા ઝાહિરુ"** જો કોઇ ઇચ્છે કે મારી આંખોનું તેજ ઓછું ન થાય આથવા ઓછું થઇ ગયુ હોય તો વધુ થઇ જાય તો તે માણસ ૨૧ દિવસ સુધી ઈશરાકની નમાઝ પછી પાંચસો વાર આ નામને પઢે તો હક તઆલા તેની આંખો રોશન કરશે.

(૨૮) તાવ અને માથાનો દુખાવો દૂર કરવા **"યા ગફુરુ"**

જે કોઈને તાવ આવતો હોય, માથામાં દર્દ હોય તે માણસ **"યા ગફુરુ"** એક કાગળના ટુકડા પર લખી તે કાગળ રોટલીના કકડા પર સમાવી દઈને તે કકડાને ખાય ઈન્શાઅલ્લાહ તાવ જતો રહેશે અને માથાનું દર્દ મટી જશે.

(૨૯) મસા અને નાસુર દૂર કરવા **"યા કુદ્દૂસુ"** જે માણસ **"યા મલિકુલ કુદ્દૂસુ"** સવાર અને મગરિબની નમાઝ પછી ૧૧ વાર પઢશે ઈન્શાઅલ્લાહ કદિયે બવાસિર, નાસૂર, વિગેરે રોગનો ભોગ થશે નહીં. તેને કદિયે ગુપ્ત ભાગ કે શર્મ કે પડદાની જગ્યામા કોઇ જખમ અથવા બીમારી થશે નહી અને કદી તેને કોઇ શર્મ કે પડદાની જગ્યા પારકાને દેખાડવાની જરૂર પડશે નહી. આ અનુભવ સિધ્ધ અમલ છે.

(૩૦) મસા અને નાસૂર દૂર કરવા **"યા અલીયુ"** જે માણસને ખૂની મસાની બીમારી હોય તે એક હજાર વાર **"યા અલીયુ"** પઢી પાણી ઉપર દમ કરી પીએ સાત દિવસમાં લોહી બંધ થશે. મસા ઈન્શાઅલ્લાહ જતા રહેશે.

(૩૧) રક્તપિત અને ખૂની મસા અને નાસૂર માટે **"યા માજીદો"** જે માણસ રક્તપિત અથવા ખૂની મસા અથવા બીજા કોઇ પ્રકારના નાપાક જખ્મ હોય તે ૧૩મી તારીખથી ૧૫મી સુધી રોઝા રાખે અને ઈફતારની વેળા સાત હજાર વાર એ પાક નામને પઢે ફરી પાણી પર દમ કરે. તે પાણી પીએ અને હાથ ઉઠાવી સાત વાર આ દુઆ પઢે.

અલ્લાહુમ્મા ઇન્ની અઊઝુ બિકા મિનલ બહરિ વલ જુઝામિ વ મિન સય્યિલ અસકામ. ઈન્શાઅલ્લાહ ત્રણ દિવસમાં સંપૂર્ણ શિફા નસીબ થશે.

(૩૨) ફોલ્લા ફોલ્લી અને જખ્મ (ઘા) મટાડવા

"યા રકીબુ" જે કોઈ માણસને ફોલ્લા ફોલ્લી અથવા નાસૂર થઇ ગયો હોય અને કોઇ રીતે સારો ન થતો હોય તો સાત દિવસ સુધી દરરોજ સો વાર **"યા રકીબુ"** પઢી તે જખ્મ પર દમ કરે તો અલ્લાહ તઆલાના ફઝલથી એ મુદ્દત દરમિયાન જખ્મ તદ્દન સારો થઇ જશે.

મસા અને ડાયાબિટીસ, બલ્ડ પ્રેશરથી બચવા માટે

યા માલિકુ યા કુદ્દૂસુ આ બીમારીથી બચવા માટે દરરોજ સવારની નમાઝ પછી ૩૩ વખત અને નમાઝે મગરિબ પછી ૩૩ વખત પઢવું ખૂબ જ ફાયદા કરક છે. જે શખ્સ નિયમિત આનો વિર્દ ચાલુ રાખે તે ઈન્શાઅલ્લાહ આ દર્દમાં સપડાશે નહી.

દરેક પ્રકારની શરીરની બીમારીઓના માટે

(૧) દરેક નમાઝ પછી ૧૧૧ વાર **"યા સલામુ"**

(૨) સવારની સુન્નત અને ફર્ઝના વચ્ચે ૪૧ વખત **"સૂરએ ફાતિહા"** અને દરેક નમાઝ પછી સાત વખત **"સૂરએ ફાતિહા"** પઢે.

(૩) આખા દિવસમાં બે વખત એટલે ફજરની અને અસરની નમાઝ પછી સો વખત **બિસ્મિલ્લા હિર્રહમા નિર્રહીમ** પઢે.

તમામ વઝીફાના પહેલા અને છેવટમાં ત્રણ ત્રણ વાર દુરૂદ શરીફ પઢે. આખા શરીરમા જયાં પણ દર્દ હોય **વ બિલહક્કિ અન્ઝલ્નાહુ વ બિલહક્કિ નઝલ** ૪૧ વખત પઢીને દમ કરે અથવા હાથ પર દમ કરીને ફેરવે આગળ પાછળ ૩ વખત દુરૂદે પાક પઢે.

યા અર-હમર રાહિમીન આ નામને સજદામાં ઈશાની નમાઝ પછી ૧૦૦ વખત પઢવું અસાધ્ય રોગની દવા છે. તથા ભારેમાં ભારે મુશીબતથી નજાત મેળવવાનુ સાધન છે.

કોઈ મુસલમાનોએ આ દૌલતથી વંચિત ન રહેવું જોઈએ.

લકવા માટે **યા મોહમ્મદા** લકવો જે તરફથી ચાલુ થાય એ તરફના હાથ કે પગને સાત વખત ઝાટકા મારવા અને **'યા મોહમ્મદા'** બુલંદ અવાજે પઢવું

આંખની રોશની માટે આગળ પાછળ ૧૧ વખત દુરૂદ શરીફ પઢવું **યા નૂરુ, યા શકૂરુ, યા બસીરુ,** એકવીસ (૨૧) વાર પઢી પાણી પર દમ કરી પાણી આંખે લગાડવુ અને બાકીનું પાણી પી જવું.

કાન, નાક, ગળું, પેટ અને વાના દર્દ માટે (૧) **"યા ગનીયુ," "યા અલ્લાહ"** ફજરની નમાઝ પછી તલના તેલમાં દમ કરીને તે તેલ દર્દ પર અથવા વા પર માલિસ કરવું.

મગજ બરાબર કામ કરતુ ન હોય ત્યારે **"યા બરરુ"** ૧૦૦ વખત પઢવું

તંદુરસ્તી માટે (૧) **"યા હય્યુ, યા કય્યુમુ"**

ફજરની નમાઝ પછી ૫૦૦ (પાંચસો) વખત પઢવું.

(૨) **બિસ્મિલ્લાહ હિર્રહમા નિર્રહીમ** ૭૮૬ વખત ફજરની સુન્નત અને ફર્ઝ વચ્ચે પઢવી તથા **યા હન્નાનુ યા મન્નાનુ** સો વખત, ૪૧ વખત **સૂરએ ફાતિહા** ૨૧ વખત **યા અલીમુ,** દસ વખત **'સુરએ ઇખ્લાસ'** પઢે.

સલામતી અને સુકૂન માટે **"યા અલ્લાહુ, યા સલામુ"** દરેક નમાઝ પછી ૧૦૦ વાર અને સવારની નમાઝ પછી ૫૦૦ વાર પઢવું.

પાણી દ્વારા ઉપાયો

(૧) માથાનું દર્દ (૨) બલ્ડ પ્રેશર (૩) લકવો (૪) બેહોશી (૫) કોલેસ્ટ્રેરોલ (૬) કફ (૭) ખાંસી (૮) દમ (૯) ટી.બી. (૧૦) મેનન જાયટીસ (૧૧) જીગર (યકૃત)ના દર્દો (૧૨) પેશાબની બીમારીઓ (૧૩) ગેસનુ દર્દ (૧૪) મરડો (૧૫) કબજિયાત (૧૬) ડાયાબિટીસ (૧૭) બવાસીર (મસા) (૧૮) આંખના દર્દ (૧૯) હૈઝની બીમારીઓ (૨૦) સ્તનનું કેન્સર (૨૧) નાક અને ગળાની બીમારીઓ.

પાણી પીવાની રીત

સવારે ઉઠીને મોઢું ધોયા વિના અને કોગળા કર્યા વિના ૧૨૫૦ ગ્રામ પાણી એટલે (ચાર ગ્લાસ પાણી) એક સાથે પી જાવ. હવે ૪૫ મીનીટ સુધી કાંઇપણ ન ખાવ, ન પીએ. હાં ! હવે પછી બ્રશ કરવુ કોગળા કરવામાં વાંધો નથી. આ ઉપાય શરૂ કર્યા પછી ખોરાક ખાવા બે કલાક પછી પાણી પીએ. અને રાત્રે સુવાના અડધા કલાક પહેલા કાંઇ પણ ખાય નહી. શરૂઆતમાં ચાર ગ્લાસ પી શકે નહી તો એક અથવા બે ગ્લાસથી શરૂ કરે અને ધીરે ધીરે વધારતો જાય. દર્દીએ તંદુરસ્ત થવા માટે અને તંદુરસ્ત રહેવા માટે આ રીતે ઉપાય અપનાવે.

દર્દ	મટવાની મુદ્દત	દર્દ	મટવાની મુદ્દત
કબજીયાત	બે દિવસ	હાઈ બલ્ડ પ્રેશર	એક માસ
ગેસના દર્દો	બે દિવસ	કેન્સર	એક માસ
ડાયાબિટીસ	એક સપ્તાહ	ટી.બી.	એક માસ

નોટ :- ચાર મોટા ગ્લાસ પાણી એકી સાથે પીવાથી કોઈ નુકશાન (આડ અસર) થતી નથી.

હા પેટ તૃપ્ત થઈ જશે ઈન્શાઅલ્લાહ અઝ્ઝ વ જલ્લ આશરે પોણા કલાક પછી ભૂખ લાગશે. શરૂઆતમાં ત્રણ દિવસ સુધી શક્ય છે કે કેટલીક વાર પેશાબ થાય અને તેના પછી ઈન્શાઅલ્લાહ અઝ્ઝ વ જલ્લ સામાન્ય થઈ જશે.

ઇલાજ કરવો સુન્નત અને
બીજાઓને ઉપાય બતાવવો પણ સુન્નત છે.